

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**  
**«КРЫМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КУЛЬТУРЫ, ИСКУССТВ И ТУРИЗМА»**  
**(ГБОУВОРК «КУКИИТ»)**  
**ФАКУЛЬТЕТ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА**

**Кафедра философии, культурологии и гуманитарных наук**

**УТВЕРЖДЕНО**

на заседании учебно-  
методического совета

от «24» мая 2022 г. протокол №  
6

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ.03.03 Адаптационная дисциплина «Технологии  
профессионального и личностного роста»**

по направлению подготовки

**52.04.01 Хореографическое искусство**

наименование магистерской программы:

**Теория и практика хореографического искусства**

**Квалификация выпускника: магистр**

**Форма обучения**  
**очная, заочная**

**Симферополь, 2022**

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.03.03 Адаптационная дисциплина «Технологии профессионального и личностного роста» для обучающихся по направлению подготовки 52.04.01 Хореографическое искусство наименование магистерской программы: Теория и практика хореографического искусства.

Программа составлена в соответствии с Основной профессиональной образовательной программой, утвержденной Ученым советом ГБОУВОРК «КУКИИТ» от 31.03.2022 г., протокол № 4, разработанной на основе ФГОС ВО по направлению подготовки 52.04.01 Хореографическое искусство, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.11. 2017 г № 1125

Рабочая программа дисциплины разработана:

*Доцент кафедры философии, культурологии  
и гуманитарных дисциплин*

*кандидат педагогических наук, доцент*  *Шитова И.Ю.*

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры философии, культурологии и гуманитарных дисциплин от «15» марта 2022 г., протокол № 9

*Заведующий кафедры философии,  
культурологии и гуманитарных дисциплин,  
кандидат культурологических наук доцент*



*Норманская А.В.*

Рабочая программа согласована

Работодатель:

*Директор Государственного автономного учреждения  
Республики Крым «Государственный академический  
Музыкальный театр Республики Крым*



*А.А. Вишневый*

Согласовано с учебно-методическим советом ГБОУВОРК «Крымский университет культуры, искусств и туризма»  
Протокол № 6 от «24» мая 2022 г.

Председатель  *Л.Ф. Ващенко*

Секретарь  *М.С. Юсупова*

## 1. Цели и задачи дисциплины

Рабочая программа дисциплины «Технологии профессионального и личностного роста» является частью основной образовательной программы подготовки магистров по направлению 52.04.01 Хореографическое искусство

### Цель дисциплины:

освоение студентами системы психолого-педагогических знаний, обеспечение личностно ориентированного характера образования.

### Задачи дисциплины:

*подготовить* обучающихся к овладению новыми знаниями в области психологической практики, направленными на освоение методов и принципов личностного развития;

*сформировать* у обучающихся ключевые умения и навыки, обеспечивающие применение в реальных условиях жизнедеятельности технологии личностного развития;

*приобщить* обучающихся к освоению системы психолого-педагогических знаний, личностно - ориентированного характера;

*дать представление* о возможностях технологий профессионального и личностного роста;

Общая трудоёмкость дисциплины для очной и заочной форм обучения составляет 5 зачётные единицы, 180 часов.

Для очной формы обучения аудиторные занятия – 70 часов, самостоятельная работа – 110 часов.

Для заочной формы обучения аудиторные занятия – 16 часов, самостоятельная работа – 156 часов, промежуточная аттестация – 8 часов.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

код и содержание компетенции	знать	уметь	владеть
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	технологии профессионального и личностного роста; принципы определения и реализации приоритетов собственной жизнедеятельности и профессиональной деятельности, проведения самооценки	применять технологии профессионального и личностного роста; определять и реализовывать приоритеты собственной жизнедеятельности, проводить самооценку с целью эффективного осуществления профессиональной деятельности	навыками применения технологий профессионального и личностного роста; определения и реализации приоритетов собственной жизнедеятельности и профессиональной деятельности, проведения самооценки

## 3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Код УД ОПОП	Учебные дисциплины
Б.1	Блок 1. Дисциплины (модули).
Б1.В	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
Б1.В.ДВ	Дисциплины по выбору
Б1. В.ДВ.03.03	Технологии профессионального и личностного роста

## 4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Для очной формы обучения

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Аудиторные занятия (Ауд) (всего)</b>		70	34	36						
в том числе										
Лекции (Л)										
Семинарские занятия (С)										
Практические занятия (ПР)		70	34	36						
<b>Самостоятельная работа обучающегося (СРО) (всего)</b>		110	74	36						
<b>Промежуточная аттестация</b>										
Зачет (Зач)		+								
Экзамен (Экз)										
Курсовая работа (Кур)										
Контрольная работа (КР)										
<b>Общая трудоемкость</b>	5 ЗЕТ	180	108	72						

**Для заочной формы обучения**

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры							
			1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Аудиторные занятия (Ауд) (всего)</b>		16	16							
в том числе										
Лекции (Л)										
Семинарские занятия (С)										
Практические занятия (ПР)		16	16							
<b>Самостоятельная работа обучающегося (СРО) (всего)</b>		156	156							
<b>Промежуточная аттестация</b>										
Зачет (Зач)		8	8							
Экзамен (Экз)										
Курсовая работа (Кур)										
Контрольная работа (КР)										
<b>Общая трудоемкость</b>	5 ЗЕТ	180	180							

**5. Содержание дисциплины, структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

**5.1 Содержание разделов дисциплины, структурированное по темам**

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание дисциплины по темам
1	<b>Понятие о личности и личностном развитии в психологии</b>	<b>1.1. Тема 1. Движущие силы и условия формирования и развития личности</b> Общее представление о человеке как индивиде. Общее представление о человеке как о личности. Личность и индивидуальность Биогенетический подход к формированию и развитию личности. Социогенетический подход к формированию и развитию личности. Схема системной детерминации развития личности по А.Асмолову

		<p><b>1.2. Тема 2. Представления о личности в отечественной психологии</b>          Типология характеров А.Ф.Лазурского. Динамическая функциональная структура личности К.К.Платонова. Личность в системе отношений В.Н.Мясищева. Системный подход к изучению личности Б.Ф. Ломова. Смысловая сфера личности в теории Б.С. Братуся. Концепция диспозиционной регуляции социального поведения личности В.А. Ядова Различные подходы к изучению структуры личности в отечественной психологии</p>
		<p><b>1.3. Тема 3. Психодинамическое направление в теории личности</b>          Психодинамическое учение З.Фрейда. Бессознательное как основа человеческого существования по З.Фрейду Природа тревоги и её функция Индивидуальная психология А.Адлера. Аналитическая психология К.Юнга</p>
		<p><b>1.4. Тема 4. Бихевиоральное направление в теории личности.</b>          Основные положения классического бихевиоризма. Джон Уотсон как основоположник бихевиорального направления в теории личности. Теория оперантного научения Б.Ф.Скиннера Понятия респондентного и оперантного поведения. Научение и режимы подкрепления</p>
		<p><b>1.5. Тема 5 Когнитивное направление в теории личности.</b>          Социально-когнитивная теория А. Бандуры. Научение через моделирование. Подкрепление в научении через наблюдение Теория социально-когнитивного научения Дж. Роттера. Когнитивная теория личности Джорджа Келли</p>
		<p><b>1.6. Тема 6 Гуманистическое направление в теории личности.</b>          Основные принципы гуманистической психологии. Гуманистическая теория личности А.Маслоу. Характеристики самоактуализирующихся людей. Гуманистическая теория личности К.Роджерса. Феноменология Роджерса</p>
		<p><b>1.7. Тема 7. Представления о личности в экзистенциальной психологии.</b>          Экзистенциальная теория личности Р. Мэя. Экзистенциальная теория личности В. Франкла. И.Ялом об экзистенциальной психологии Понимание категории «ответственность» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы) Понимание категории «свобода личности» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы)</p>
2	Технологии профессионального и личностного развития	<p><b>2.1. Тема 8. Развитие личностного компонента.</b>          Я-концепция в структуре личности. Профессиональная самооценка. Я-концепция и тенденции профессионально-личностного развития. Феномен идентичности: история</p>

	формирования понятия и современные подходы к его изучению. Кризис идентичности как нормообразующее становление личности
	<b>2.2. Тема 9 Развитие регулятивного компонента.</b> Мотивы и потребности личности. Мотивация успеха и мотивация боязни неудачи. Профессиональная мотивация. Сила мотива и эффективность деятельности. Мотивационный потенциал различных видов стимуляции
	<b>2.3. Тема 10 Развитие познавательного компонента.</b> Творческие способности. Художественная одаренность и творческий потенциал. Психологические особенности творческой личности. Соотношение содержания понятий мышление и критическое мышление. Исторические аспекты проблемы развития критического мышления в образовательной деятельности. Индивидуальные познавательные стили и критическое мышление
	<b>2.4. Тема 11. Развитие коммуникативного компонента.</b> Феномен межличностного влияния и противостояния влиянию. Виды влияния. Виды психологического противостояния влиянию. Техники выравнивания напряжения. Получение утвердительных ответов. Техника Франклина. Техника «айкидо»

**5.2 Разделы дисциплин с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий (очная форма обучения/заочная форма обучения)**

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины	Количество часов				
		очная форма/ заочная форма				
		всего	в том числе			
			Л	С	ПР	СР
1	<b>Понятие о личности и личностном развитии в психологии</b>	<b>106/114</b>	<b>0/0</b>	<b>0/0</b>	<b>36/16</b>	<b>70/98</b>
1.1	Движущие силы и условия формирования и развития личности	14/18	0/0	0/0	4/4	10/14
1.2	Представления о личности в отечественной психологии	18/22	0/0	0/0	8/8	10/14
1.3	Психодинамическое направление в теории личности	16/14	0/0	0/0	6/0	10/14
1.4	Бихевиоральное направление в теории личности	14/18	0/0	0/0	4/4	10/14
1.5	Когнитивное направление в теории личности.	16/14	0/0	0/0	6/0	10/14
1.6	Гуманистическое направление в теории личности.	14/14	0/0	0/0	4/0	10/14
1.7	Представления о личности в экзистенциальной психологии.	14/14	0/0	0/0	4/0	10/14
2	<b>Технологии профессионального и личностного развития</b>	<b>74/58</b>	<b>0/0</b>	<b>0/0</b>	<b>34/0</b>	<b>40/58</b>
2.1	Развитие личностного компонента.	20/14	0/0	0/0	10/0	10/14
2.2	Развитие регулятивного компонента	16/14	0/0	0/0	6/0	10/14
2.3	Развитие познавательного компонента.	18/15	0/0	0/0	8/0	10/15
2.4	Развитие коммуникативного компонента.	20/15	0/0	0/0	10/0	10/15
	Промежуточная аттестация-зачет	0/8				
	<b>Итого часов</b>	<b>180/180</b>	<b>0/0</b>	<b>0/0</b>	<b>70/16</b>	<b>110/156</b>

### 5.3. Содержание программы по темам и видам занятий

#### 5.3.1. Содержание программы по темам и видам занятий для очной формы обучения

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Виды учебных занятий и учебные вопросы
1	2	3	4
1	Движущие силы и условия формирования и развития личности	Пр-4 ч	<p><b>Практическое занятие 1</b></p> <p>1.Изучить биогенетический подход к формированию и развитию личности</p> <p>2. Изучить социогенетический подход к формированию и развитию личности</p> <p><b>Практическое занятие 2</b></p> <p>1.Проанализировать схему системной детерминации развития личности по А.Асмолову</p> <p>2.Выявить взаимосвязь характеристик человека как личности и индивидуальности.</p>
2	Представления о личности в отечественной психологии	Пр-8ч	<p><b>Практическое занятие 3</b></p> <p>1.Изучить типологические подходы к структуре личности.</p> <p>2.Проанализировать типологию характеров А.Ф.Лазурского</p> <p><b>Практическое занятие 4</b></p> <p>1.Изучить динамический подход к структуре личности.</p> <p>2.Проанализировать динамически функциональную структуру личности К.К.Платонова</p> <p><b>Практическое занятие 5</b></p> <p>1.Рассмотреть учение Б.Г.Ананьева о человеке.</p> <p>2.Изучить подход В.Н.Мясищева: личность как система отношений.</p> <p><b>Практическое занятие 6</b></p> <p>1.Изучить идеи Л.С. Выготского о роли общественно-исторического опыта в формировании личности.</p> <p>2.Рассмотреть концепцию личности С.Л.Рубинштейна</p> <p>3.Изучить подход А.Н.Леонтьева: деятельность как единица психологического анализа личности.</p>
3	Психодинамическое направление в теории личности	Пр-6 ч	<p><b>Практическое занятие 7</b></p> <p>1.Изучить бессознательное как основа человеческого существования по З.Фрейду</p> <p>2.Проанализировать структуру психики по З.Фрейду.</p> <p>3.Проанализировать учение З.Фрейда о влечениях и основные этапы его развития</p> <p>4.Изучить содержание и функционирование основных структур личности по З.Фрейду.</p> <p><b>Практическое занятие 8</b></p> <p>1.Изучить концепцию социального влечения в теории А.Адлера</p> <p>2.Проанализировать роль влечения к власти, превосходству, совершенству в теории А.Адлера</p> <p>3.Рассмотреть понятие фиктивной цели и жизненного плана.</p> <p><b>Практическое занятие 9</b></p> <p>1.Рассмотреть структуру психики по К.Юнгу</p> <p>2.Изучить роль коллективного бессознательного как основы психической жизни индивида.</p> <p>3.Проанализировать подход К.Юнга к развитию личности</p>

4	<b>Бихевиоральное направление в теории личности</b>	Пр-4 ч	<b>Практическое занятие 10</b> 1.Рассмотреть основные положения классического бихевиоризма. 2.Проанализировать вклад Джона Уотсона как основоположника бихевиорального направления в теории личности. <b>Практическое занятие 11</b> 1.Изучить теорию оперантного научения Б.Ф.Скиннера 2.Рассмотреть и выявить сущность респондентного и оперантного поведения.
5	<b>Когнитивное направление в теории личности</b>	Пр-6 ч	<b>Практическое занятие 12</b> 1.Изучить основные принципы социально –когнитивной теории А.Бандуры 2.Выявить сущность научения через моделирование. 3.Рассмотреть и выявить особенность подкрепление в научении через наблюдение. <b>Практическое занятие 13</b> 1.Изучить основные принципы социального научения по Джулиану Роттеру. 2.Рассмотреть основную формулу прогноза поведение по Джулиану Роттеру. 3.Проанализировать роль интернального и экстернального локуса контроля в становлении личности по Джулиану Роттеру. <b>Практическое занятие 14</b> 1.Рассмотреть когнитивную теорию личности Джорджа Келли: конструктивный альтернативизм. 2.Изучить личностные конструкты: модели действительности 3.Проанализировать типы личностных конструктов по Дж.Келли.
6	<b>Гуманистическое направление в теории личности.</b>	Пр-4 ч	<b>Практическое занятие 15</b> 1.Рассмотреть основные принципы гуманистической психологии. 2.Изучить мотивационную концепцию А.Маслоу 3.Проанализировать иерархию фундаментальных потребностей по А.Маслоу 4.Изучить характеристики самоактуализирующихся людей. <b>Практическое занятие 16</b> 1.Изучить представления К.Роджераса о природе человека 2.Рассмотреть феноменологию К.Роджерса. 3.Я-концепции личности по К.Роджерсу.
7	<b>Представления о личности в экзистенциальной психологии.</b>	Пр-4ч	<b>Практическое занятие 17</b> 1.Рассмотреть принципы экзистенциализма. 2.Изучить подход Р. Мэя 3.Проанализировать понятия, создающих идейный каркас экзистенциализма: — бытие-в-мире и небытие. <b>Практическое занятие 18</b> 1.Изучить теорию личности В. Франкла 2.Рассмотреть содержание и значение логотерапии Ф.Франкла 3.Изучить подход И.Ялом об экзистенциальной психологии
8	<b>Развитие личностного компонента</b>	Пр-10 ч	<b>Практическое занятие 19</b> 1.Изучить сущность Я-концепции в структуре личности 2.Проанализировать содержание, структуру и функции профессиональной самооценки. 3.Выявить взаимосвязь между Я-концепцией личности и тенденциями профессионально-личностного развития. <b>Практическое занятие 20</b>



			<p>1.Изучить подходы к трактовке содержания понятие «идентичность личности»</p> <p>2.Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с тестом «Кто Я?» (М.Кун, Т.Макпартленд)</p> <p><b>Практическое занятие 21</b></p> <p>1.Изучить общие представления теории Г.Оллпорта</p> <p>2.Проанализировать концепцию черт личности</p> <p><b>Практическое занятие 22</b></p> <p>1.Рассмотреть общие принципы теории черт личности по Р.Кеттеллу.</p> <p>2.Проанализировать структурные принципы: категории черт личности</p> <p><b>Практическое занятие 23</b></p> <p>1.Изучить теорию типов личности по Г.Айзенку.</p> <p>2.Рассмотреть основные типы личности.</p> <p>3.Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с тестом саморазвитие личности</p>
9	<b>Развитие регулятивного компонента</b>	Пр-6 ч	<p><b>Практическое занятие 24</b></p> <p>1.Рассмотреть мотивы и потребности личности</p> <p>2. Изучить мотивацию успеха и мотивацию боязни неудачи</p> <p>3. Изучить содержание и структуру профессиональной мотивации личности.</p> <p><b>Практическое занятие 25</b></p> <p>1. Актуализировать основные понятия теории социально-когнитивного научения Дж. Роттера</p> <p>2.Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с опросником А.Мехрабиана</p> <p><b>Практическое занятие 26</b></p> <p>1.Изучить волевые качества личности и их развитие</p> <p>2.Выявить значение волевых качеств личности в профессиональном становлении</p> <p>3.Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с методикой исследования волевых качеств личности</p>
10	<b>Развитие познавательного компонента</b>	Пр-8 ч	<p><b>Практическое занятие 27</b></p> <p>1.Изучить подход Дж.Брунера о действенном и наглядно образном представлении мира.</p> <p>2.Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с опросником определения типов мышления и уровня креативности по методике Дж. Брунера</p> <p><b>Практическое занятие 28</b></p> <p>1.Изучить структуру творческой личности.</p> <p>2.Рассмотреть свойства и характеристики творческой личности, выделенные разными авторами: А.Олах, Э. Фромм, Р.Крачфилд, Я.А.Пономарев, Х.Швет, В.Оствальд.</p> <p><b>Практическое занятие 29</b></p> <p>1.Изучить типологию характеров творческих личностей Н.О.Лосского.</p> <p>2.Проанализировать исследования Н.В. Рождественской доминирующих акцентуаций характера у актерски одаренных людей</p> <p><b>Практическое занятие 30</b></p> <p>1.Исследовать базовые эмоции по К.Изарду.</p> <p>2.Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с тестом Шкала дифференциальных эмоций (ШДЭ)</p>

			К. Изарда
11	<b>Развитие коммуникативного компонента</b>	Пр-10 ч	<p><b>Практическое занятие 31</b></p> <p>1. Изучить трактовку понятия «личность» в концепции трансактного анализа Э.Берна.</p> <p>2. Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с тестом ролевые позиции в межличностных отношениях по Э. Берну</p> <p><b>Практическое занятие 32</b></p> <p>1. Изучить стратегии преодоления личностью трудных жизненных ситуаций.</p> <p>2. Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с опросником ПТЖС (Тест Преодоление трудных жизненных ситуаций)</p> <p><b>Практическое занятие 33</b></p> <p>1. Изучить психосинтез Р. Ассаджиоли и его подход к структуре личности</p> <p>2. Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе выполнения упражнений в группе.</p> <p><b>Практическое занятие 34</b></p> <p>1. Проанализировать составляющие, характеризующие общение.</p> <p>2. Изучить стили общения</p> <p>3. Проанализировать результаты исследования, полученные в ходе работы с тестовой методикой «Ваш стиль и способности к общению»</p> <p><b>Практическое занятие 35</b></p> <p>1. Изучить коммуникативный процесс</p> <p>2. Проанализировать барьеры общения</p>

### 5.3.2. Содержание программы по темам и видам занятий для заочной формы обучения

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Виды учебных занятий и учебные вопросы
1	2	3	4
1	<b>Движущие силы и условия формирования и развития личности</b>	Пр- 4 ч	<p><b>Практическое занятие 1</b></p> <p>1. Изучить биогенетический подход к формированию и развитию личности</p> <p>2. Изучить социогенетический подход к формированию и развитию личности</p> <p><b>Практическое занятие 2</b></p> <p>1. Проанализировать схему системной детерминации развития личности по А.Асмолову</p> <p>2. Выявить взаимосвязь характеристик человека как личности и индивидуальности.</p>
2	<b>Представления о личности в отечественной психологии</b>	Пр-8 ч	<p><b>Практическое занятие 3</b></p> <p>1. Изучить типологический подход к структуре личности.</p> <p>2. Проанализировать типологию характеров А.Ф.Лазурского</p> <p><b>Практическое занятие 4</b></p> <p>1. Изучить динамический подход к структуре личности.</p> <p>2. Проанализировать динамически функциональную структуру личности К.К.Платонова</p> <p><b>Практическое занятие 5</b></p> <p>1. Рассмотреть учение Б.Г.Ананьева о человеке.</p> <p>2. Изучить подход В.Н.Мясищева: личность как система отношений.</p>

			<b>Практическое занятие 6</b> 1.Изучить идеи Л.С. Выготского о роли общественно-исторического опыта в формировании личности. 2.Рассмотреть концепцию личности С.Л.Рубинштейна 3.Изучить подход А.Н.Леонтьева: деятельность как единица психологического анализа личности.
3	Бихевиоральное направление в теории личности	Пр-4 ч	<b>Практическое занятие 10</b> 1.Рассмотреть основные положения классического бихевиоризма. 2.Проанализировать вклад Джона Уотсона как основоположника бихевиорального направления в теории личности. <b>Практическое занятие 11</b> 1.Изучить теорию оперантного научения Б.Ф.Скиннера 2.Рассмотреть и выявить сущность респондентного и оперантного поведения.

**6.Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы по дисциплине**

**6.1. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы по дисциплине (для очной формы обучения)**

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Вопросы для самостоятельного изучения	Форма контроля выполнения самостоятельной работы
1	2	3	4	5
1	Движущие силы и условия формирования и развития личности	10	1.Общее представление о человеке как индивиде 2.Общее представление о человеке как о личности 3.Личность и индивидуальность	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии.
2	Представления о личности в отечественной психологии	10	1.Различные подходы к изучению структуры личности в отечественной психологии	Проверка конспекта опрос на практическом занятии,
3	Психодинамическое направление в теории личности	10	1.Бессознательное как основа человеческого существования по З.Фрейду 2.Природа тревоги и её функция	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
4	Бихевиоральное направление в теории личности	10	1.Понятия респондентного и оперантного поведения 2.Научение и режимы подкрепления	Проверка конспекта опрос на практическом занятии,
5	Когнитивное направление в теории личности	10	1.Научение через моделирование 2.Подкрепление в научение через наблюдение	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
6	Гуманистическое направление в теории личности	10	1.Характеристики самоактуализирующихся людей 2.Феноменология Роджерса	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
7	Представления о личности в экзистенциальной психологии	10	1.Понимание категории «ответственность» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы) 2.Понимание категории	Проверка конспекта опрос на практическом занятии,

			«свобода личности» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы)	
8	<b>Развитие личностного компонента</b>	10	1.Феномен идентичности: история формирования понятия и современные подходы к его изучению 2.Кризис идентичности как нормообразующее становление личности	Проверка конспекта ,опрос на практическом занятии
9	<b>Развитие регулятивного компонента</b>	10	1.Сила мотива и эффективность деятельности 2.Мотивационный потенциал различных видов стимуляции	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
10	<b>Развитие познавательного компонента</b>	10	1. Соотношение содержания понятий мышление и критическое мышление. 2. Исторические аспекты проблемы развития критического мышления в образовательной деятельности. 3. Индивидуальные познавательные стили и критическое мышление	Проверка конспекта ,опрос на практическом занятии
11	<b>Развитие коммуникативного компонента</b>	10	1.Техники выравнивания напряжения 2. Получение утвердительных ответов 3. Техника Франклина 4.Техника «айкидо»	Проверка конспекта ,опрос на практическом занятии

**6.2. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы по дисциплине (для заочной формы обучения)**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Вопросы для самостоятельного изучения</b>	<b>Форма контроля выполнения самостоятельной работы</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1	<b>Движущие силы и условия формирования и развития личности</b>	14	1.Общее представление о человеке как индивиде 2.Общее представление о человеке как о личности 3.Личность и индивидуальность	Проверка конспекта
2	<b>Представления о личности в отечественной психологии</b>	14	1.Различные подходы к изучению структуры личности в отечественной психологии 2. Концепция личности В.С Мерлина 3.Концепция личности С.Л.Рубинштейн 4.Концепция диспозиционной	Проверка конспекта

			регуляции социального поведения личности В.А. Ядова	
3	<b>Психодинамическое направление в теории личности</b>	14	1.Бессознательное как основа человеческого существования по З.Фрейду 2.Природа тревоги и её функция	Проверка конспекта,
4	<b>Бихевиоральное направление в теории личности</b>	14	1.Основные положения классического бихевиоризма 2. Джон Уотсон как основоположник бихевиорального направления в теории личности 3.Теория оперантного научения Б.Ф.Скиннера 4.Понятия респондентного и оперантного поведения 5.Научение и режимы подкрепления	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
5	<b>Когнитивное направление в теории личности</b>	14	1. Социально-когнитивная теория А. Бандуры 2. Теория социально-когнитивного научения Дж. Роттера 3.Когнитивная теория личности Джорджа Келли 4.Научение через моделирование 5.Подкрепление в научение через наблюдение	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
6	<b>Гуманистическое направление в теории личности.</b>	14	1.Основные принципы гуманистической психологии. 2.Гуманистическая теория личности А.Маслоу 3.Характеристики самоактуализирующихся людей 4.Гуманистическая теория личности К.Роджерса 5.Феноменология Роджерса	Проверка конспекта. опрос на практическом занятии
7	<b>Представления о личности в экзистенциальной психологии.</b>	14	1.Экзистенциальная теория личности Р. Мэя 2. Экзистенциальная теория личности В. Франкла 3.И.Ялом об экзистенциальной психологии 4.Понимание категории «ответственность» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы) 5.Понимание категории «свобода личности» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии

			подходы)	
8	<b>Развитие личностного компонента</b>	14	1.Я-концепция в структуре личности 2.Профессиональная самооценка 3.Я-концепция и тенденции профессионально-личностного развития 4.Феномен идентичности: история формирования понятия и современные подходы к его изучению 5.Кризис идентичности как нормообразующее становление личности	Проверка конспекта , опрос на практическом занятии
9	<b>Развитие регулятивного компонента</b>	14	1.Мотивы и потребности личности 2. Мотивация успеха и мотивация боязни неудачи 3.Профессиональная мотивация 4.Сила мотива и эффективность деятельности 5.Мотивационный потенциал различных видов стимуляции	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
10	<b>Развитие познавательного компонента</b>	15	1. Соотношение содержания понятий мышление и критическое мышление. 2. Исторические аспекты проблемы развития критического мышления в образовательной деятельности. 3. Индивидуальные познавательные стили и критическое мышление	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии
11	<b>Развитие коммуникативного компонента</b>	15	1.Феномен межличностного влияния и противостояния влиянию 2. Виды влияния 3.Виды психологического противостояния влиянию 4.Концепция транзактного анализа Э.Берна. 5.Техники выравнивания напряжения 6. Получение утвердительных ответов 7. Техника Франклина 8.Техника «айкидо»	Проверка конспекта, опрос на практическом занятии

**7. Фонд оценочных средств, для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Технологии профессионального и личностного роста»**

**7.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств**

Для очной формы обучения

Вид	№ и	Оценочные средства	
-----	-----	--------------------	--

контроля и аттестации	наименование блока (раздела) дисциплины	форма	Количество вопросов в задании	Количество независимых вариантов	Количество баллов
Рубежный контроль уровня усвоения обучающимися компетенций по разделу 1 Темы 1.1-1.6	Раздел 1 Понятие о личности и личностном развитии в психологии	Тестовые задания рубежного контрольно-проверочного мероприятия	15	2	до 15 (1 верный ответ – 1 балл)
		2. Оценивание текущей успеваемости.	1. Систематичность и активность работы на семинарских занятиях. 2. Выполнение заданий для самостоятельной работы.		до 10 баллов  до 5 баллов
Рубежный контроль уровня усвоения обучающимися компетенций по разделу 2 Темы 1.7-2.4	Раздел 2 Технологии профессионального и личностного развития	1. Тестовые задания рубежного контрольно-проверочного мероприятия	15	2	до 15 (1 верный ответ – 1 балл)
		2. Оценивание текущей успеваемости.	1. Систематичность и активность работы на семинарских занятиях. 2. Выполнение заданий для самостоятельной работы.		до 10 баллов  до 5 баллов
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		Контрольные вопросы и практическое задание для промежуточной аттестации (зачет с оценкой)	2 контрольных вопроса	40	до 40 (1 контрольный вопрос – до 10 баллов, 1 задание – до 20 баллов)
Итого по результатам освоения обучающимися компетенций по разделам 1-2					до 100 баллов

#### Для заочной формы обучения

Вид контроля и аттестации	№ и наименование блока (раздела) дисциплины	Оценочные средства			Количество баллов
		Форма	Количество вопросов в задании	Количество независимых вариантов	
Контроль уровня освоения обучающимися компетенций по разделу 1-	Раздел 1 Понятие о личности и личностном развитии в психологии Раздел 2 Технологии	1. Тестовые задания контрольно-проверочного мероприятия (по каждому разделу – 15 тестов).	30 (по разделу 1 – 15 тестов, по разделу 2 – 15 тестов)	2	до 30 (по каждому разделу – до 15 баллов; 1 верный ответ – 1 балл)

2	профессионального и личностного развития	2. Оценивание текущей успеваемости.	1. Систематичность и активность работы на семинарских занятиях. 2. Выполнение заданий для самостоятельной работы.		до 20 баллов  до 10 баллов
Промежуточная аттестация (зачет с оценкой)		Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации (зачет с оценкой)	2 контрольных вопроса	40	до 40 (1 контрольный вопрос – до 10 баллов, 1 задание – до 20 баллов)
Итого по результатам освоения обучающимися компетенций по разделам 1-2					до 100

**Текущий контроль и его формы:** Текущий контроль проводится в ходе занятий с целью определения степени усвоения учебного материала, своевременного вскрытия недостатков в подготовке обучающихся и принятия, необходимых мер по совершенствованию методики преподавания дисциплины, организации работы обучающихся в ходе занятий и оказания им индивидуальной помощи.

Объектами текущего контроля знаний, обучающихся являются:

- регулярное посещение лекций, ведение конспекта; систематичность и активность работы на семинарских занятиях. При контроле систематичности и активности работы на семинарских занятиях могут оцениваться: уровень знаний, продемонстрированный в ответах и выступлениях на семинарских занятиях; активность при обсуждении вопросов, вынесенных на семинарские занятия, экспресс-контроль;
- выполнение заданий для самостоятельной работы. При контроле выполнения заданий для СРС могут оцениваться: самостоятельная обработка тем в целом или отдельных вопросов; написание рефератов, подготовка учебных и научных текстов, реферативных материалов по публикациям и т.д.;

**Рубежный контроль (для заочной формы обучения – контроль уровня освоения обучающимися компетенций) и его формы:**

Для обучающихся очной формы обучения рубежный контроль проводится после изучения определенного раздела учебной дисциплины, объединяющего соответствующие темы. Форма рубежного контроля – анализ текущей успеваемости, тестовые задания.

Для обучающихся заочной формы обучения контроль уровня освоения обучающимися компетенций проводится после изучения всех разделов учебной дисциплины, объединяющих соответствующие темы. Форма контроля – анализ текущей успеваемости, тестовые задания.

**Форма промежуточной аттестации (зачёт с оценкой):**

- зачёт, который оформляется по результатам выполнения предусмотренных рабочей программой контрольных мероприятий (рубежных контролей и промежуточной аттестации).

Рубежный контроль и промежуточная аттестация проводятся с использованием балльно-рейтинговой технологии. Критерии оценивания, перечень контрольных точек, требования к их выполнению и таблица планирования результатов обучения в баллах представлены в документе «Фонд оценочных средств» по учебной дисциплине «Технологии профессионального и личностного роста». Этот фонд включает: контрольные тесты, вопросы и задания для проведения текущего, рубежных контролей и промежуточной аттестации, позволяющие оценить степень форсированности компетенций обучающихся.



**7.2. Примеры оценочных средств рубежного контроля уровня освоения обучающимися компетенций (для заочной формы обучения – контроль уровня освоения обучающимися компетенций) и промежуточной аттестации по дисциплине**

**Для рубежного контроля уровня освоения обучающимися компетенций (для заочной формы обучения – контроль уровня освоения обучающимися компетенций)**

#### **Тесты**

##### **Пример тестового задания**

**1. Понятие «комплекс неполноценности» в научную терминологию ввел:**

А) К. Юнг; Б) А. Адлер; В) З. Фрейд; Г) К. Роджерс.

**2. Бихевиористский подход рассматривает человека как результат:**

А) постижения им последствий своего поведения; Б) когнитивной интерпретации различных ситуаций; В) конфликтов между познавательными силами и реальностью; Г) взаимодействий между людьми.

#### **Контрольные вопросы**

1. Кто ввел понятие «комплекс неполноценности» в научную терминологию?

2. Кого считают основоположником психодинамической теории личности?

Промежуточная аттестация проводится в форме зачёта. Зачёт проводится в письменной форме, в виде ответов на контрольные вопросы. Количество вопросов в билете – 2.

Оценка знаний, обучающихся осуществляется в баллах в комплексной форме с учётом:

- Оценки по итогам текущего контроля и рубежных контролей (до 60 баллов);
- Оценки итоговых знаний в ходе зачёта (до 40 баллов).

Ориентировочное распределение максимальных баллов по видам отчетности

<b>№</b>	<b>Виды отчётности</b>	<b>Баллы</b>
1	Работа на семинарских и практических занятиях	до 20
2	Выполнение самостоятельной работы	до 10
3	Выполнение заданий двух рубежных контролей	до 30 (до 30 баллов за 1 р.к. Вычисляется среднеарифметическое значение)
4	Результаты промежуточной аттестации	20 - 40
	<b>Итого</b>	<b>100</b>

Зачёт проводится по 40 бальной шкале. Минимальная сумма баллов – 20, максимальная – 40.

Минимальная сумма баллов по итогам текущего контроля – 40, максимальная – 60. Минимальная сумма баллов по итогам рубежных контролей – 40, максимальная – 60. Для определения окончательной суммы баллов по итогам текущего и рубежных контролей необходимо вычислить их среднее арифметическое число (сложить результаты текущего и рубежных контролей и разделить на 2).

На основе окончательно набранных баллов (количество баллов, набранных в результате текущего и рубежных контролей, и количество баллов, полученных в результате промежуточной аттестации) успеваемость обучающихся в семестре определяется следующими оценками: «удовлетворительно», «хорошо», «отлично».

При этом действует следующая итоговая шкала:

- менее 60 баллов – не зачтено (оценка «неудовлетворительно»);
- от 60 до 73 баллов – зачтено (оценка «удовлетворительно»);
- от 74 до 89 баллов – зачтено (оценка «хорошо»);
- от 90 до 100 баллов – зачтено (оценка «отлично»).

### **7.3. Критерии оценок знаний по дисциплине**

**«Отлично»**

Теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, без пробелов, необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному.

Обучающийся полностью усвоил программный материал. Глубоко знает и самостоятельно излагает содержание вопросов, а также знает основную и дополнительную литературу по теме. Ответ построен на уровне самостоятельного мышления, знания вопроса и всей темы. Материал излагается логически последовательно и полно, с элементами творческого мышления. Умеет самостоятельно делать общие выводы.

**«Хорошо»**

Теоретическое содержание дисциплины освоено полностью, без пробелов, некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

Обучающийся проявил твердое знание программного материала и самостоятельность мышления. Показал знание предусмотренной программой литературы. Продемонстрировал умение применять свои знания к анализу современной действительности. Показал умение выделить главное, делать выводы и обобщения. Возможны пробелы в усвоении второстепенных вопросов.

**«Удовлетворительно»**

Теоретическое содержание дисциплины освоено частично, некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены, либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному.

Обучающийся усвоил лишь основную часть программного материала, знаком с рекомендованной литературой частично. Ответ обучающегося строится на уровне репродуктивного мышления с нарушением логики изложения материала. Испытывает значительные затруднения в применении знаний к анализу современной действительности. Обучающийся не умеет ответить на дополнительные вопросы, связанные с материалом ответа.

**«Неудовлетворительно»**

Теоретическое содержание дисциплины освоено частично, необходимые практические навыки не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено. Обучающийся не знает основного содержания рекомендованной литературы, допускает существенные ошибки в освещении поставленных вопросов. Не может увязывать материал с современностью.

**7.4. Типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков по учебной дисциплине «Технологии профессионального и личностного роста» Ориентировочные вопросы для подготовки к промежуточной аттестации (зачету)**

1. Общее представление о человеке как индивиде. Общее представление о человеке как о личности. Личность и индивидуальность
2. Биогенетический подход к формированию и развитию личности.
3. Социогенетический подход к формированию и развитию личности.
4. Схема системной детерминации развития личности по А.Асмолову
5. Типология характеров А.Ф.Лазурского.
6. Динамическая функциональная структура личности К.К.Платонова.
7. Личность в системе отношения В.Н.Мясищева.
8. Концепция личности В.С Мерлина.

9. Концепция личности С.Л.Рубинштейн.
10. Концепция диспозиционной регуляции социального поведения личности В.А. Ядова
11. Различные подходы к изучению структуры личности в отечественной психологии
12. Психодинамическое учение З.Фрейда. Бессознательное как основа человеческого существования по З.Фрейду Природа тревоги и её функция
13. Индивидуальная психология А.Адлера. Аналитическая психология К.Юнга
14. Основные положения классического бихевиоризма. Джон Уотсон как основоположник бихевиорального направления в теории личности. Теория оперантного научения
15. Б.Ф.Скиннера Понятия респондентного и оперантного поведения. Научение и режимы подкрепления
16. Социально-когнитивная теория А. Бандуры. Научение через моделирование. Подкрепление в научение через наблюдение
17. Теория социально-когнитивного научения Дж. Роттера.
18. Когнитивная теория личности Джорджа Келли
19. Основные принципы гуманистической психологии. Гуманистическая теория личности А.Маслоу. Характеристики самоактуализирующихся людей.
20. Гуманистическая теория личности К.Роджерса. Феноменология Роджерса
21. Экзистенциальная теория личности Р. Мэя.
22. Экзистенциальная теория личности В. Франкла.
23. И.Ялом об экзистенциальной психологии
24. Понимание категории «ответственность» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы)
25. Понимание категории «свобода личности» в экзистенциальной психологии (отечественные и зарубежные подходы)
26. Я-концепция в структуре личности. Профессиональная самооценка.
27. Я-концепция и тенденции профессионально-личностного развития. Технологии профессионального и личностного роста. Принципы определения и реализации приоритетов собственной жизнедеятельности и профессиональной деятельности
28. Феномен идентичности: история формирования понятия и современные подходы к его изучению. Кризис идентичности как нормообразующее становление личности
29. Мотивы и потребности личности. Мотивация успеха и мотивация боязни неудачи. Профессиональная мотивация
30. Сила мотива и эффективность деятельности.
31. Мотивационный потенциал различных видов стимуляции
32. Творческие способности. Художественная одаренность и творческий потенциал.
33. Психологические особенности творческой личности.
34. Соотношение содержания понятий мышление и критическое мышление.
35. Исторические аспекты проблемы развития критического мышления в образовательной деятельности.
36. Индивидуальные познавательные стили и критическое мышление
37. Феномен межличностного влияния и противостояния влиянию.
38. Виды влияния. Виды психологического противостояния влиянию. Технологии совместной деятельности и управления коллективом.
39. Техники выравнивания напряжения. Получение утвердительных ответов. Технологии современных межличностных и групповых коммуникаций в сфере академического и профессионального взаимодействия
40. Технологии межличностного общения. Техника Франклина. Техника «айкидо»

**7.5. Тестовые задания для рубежных контролей (контроля уровня освоения обучающимися компетенций), контрольные вопросы и практические задания определены в Фонде оценочных средств по учебной дисциплине «Технологии профессионального и личностного роста»**

**8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

**Основная литература**

1. Гуревич, П. С. Психология личности: учебное пособие для студентов вузов / П. С. Гуревич. — Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 559 с. — ISBN 978-5-238-01588-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81835.html>

2. Дзялошинский, И. М. Личностный мир человека: социальные и психологические проблемы текстовой деятельности: учебное пособие / И. М. Дзялошинский. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 884 с. — ISBN 978-5-4497-0773-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/99909.html>

3. Истратова, О. Н. Эффективное общение в профессиональном становлении личности: учебное пособие / О. Н. Истратова, И. С. Лабынцева, Ю. К. Дуганова. — Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2021. — 155 с. — ISBN 978-5-9275-3871-3. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/121895.html>

**Дополнительная литература**

1. Ермаков, В. А. Гуманистическая психология личности: учебное пособие / В. А. Ермаков. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 126 с. — ISBN 978-5-374-00337-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/10658.html>

2. Коломинский, Я. Л. Социальная психология развития личности / Я. Л. Коломинский, С. Н. Жеребцов. — Минск: Вышэйшая школа, 2009. — 336 с. — ISBN 978-985-06-1635-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/20142.html>

2. Личностное и профессиональное развитие студентов в вузе: сборник научных статей / А. К. Белоусова, Е. Е. Белоусова, М. А. Вышквыркина [и др.]; под редакцией Т. Ю. Синченко. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 83 с. — ISBN 978-5-4497-1290-5. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109252.html>

3. Психология общения: энциклопедический словарь / М. М. Абдуллаева, В. В. Абраменкова, С. М. Аврамченко [и др.]; под редакцией А. А. Бодалева. — 2-е изд. — Москва: Когито-Центр, 2019. — 600 с. — ISBN 978-5-89353-335-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88339.html>

4. Пигулевский, В. О. Архетипы и экзистенция: монография / В. О. Пигулевский, Л. А. Мирская. — Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021. — 165 с. — ISBN 978-5-4497-1211-0. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/109251.html>

**Интернет-ресурсы**

1. Электронно-библиотечная система издательства «Лань» <http://e.lanbook.com>

2. Электронно-библиотечная система "ЭБС IPRSmart" <http://www.iprbookshop.ru>

**9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

После чтения вводной лекции по учебной дисциплине «Технологии профессионального и личностного роста» преподаватель обязан ознакомить обучающихся:

- с темами лекций и методикой их конспектирования;
- планами семинарских занятий и методикой их проведения;
- с вопросами для самостоятельной работы и методикой контроля за их изучением;
- с вопросами, критериями сдачи зачета и методикой его проведения.

Перед проведением очередного семинарского или практического занятия обучающийся обязан:

- отработать в конспекте все вопросы к данному занятию в объеме, обеспечивающем четкие, ясные и конкретные (с примерами) ответы;
- отработать (конспективно) по данной теме вопросы, отнесенные к изучаемым самостоятельно.

Для выполнения поставленных задач обучающийся:

- осуществляет подбор необходимой учебной, научной, учебно-методической литературы и первоисточников;
- прочитывает отобранную литературу по каждому вопросу, а затем составляет конспект или тезисы ответа;
- отчитывается об изучении вопросов на консультациях, при выполнении контрольных работ и других форм оценки текущих и остаточных знаний.

**Условиями для успешной самостоятельной работы являются:**

1. Целеустремленность и сознательная активность:
  - а) осознанная постановка цели, конкретизация своих задач на самостоятельную работу,
  - б) выбор способа действий, средств,
  - в) волевые усилия,
  - г) анализ сделанного, постановка новых задач.

2. Систематичность и планомерность.

**Формы и методы изучения и конспектирования литературы**

В работе над литературой можно выделить 3 этапа:

1. Ознакомительный, в ходе которого вы знакомитесь с каталогом библиотеки, делаете выборку к теме, заказываете литературу в библиотеке (учебники, учебные пособия, разработки тем планов, первоисточники и т.д.)

2. Этап чтения литературы.

К чтению есть определенные требования:

- 1) систематичность чтения, т.е. читать не от раза к разу, а ежедневно, желательно с записями в тетрадях и со своими итоговыми выводами (резюме).

- 2) Осмысленность чтения, т.е. надо овладевать понятийным аппаратом.

3. Этап ведение рабочих записей.

- а) можно вести т. н. тематические тетради, в которых делать выписки к определенным темам, а также вести доработку лекций на полях или в самом тексте.

- б) основными формами записи прочитанного могут быть: план, тезисы, конспект.

- I. Составление плана прочитанного.** Запись в форме плана означает перечисление главных вопросов. В результате получается, как бы сжатая схема изучаемого материала. Несколько иначе выглядит развернутый план. Его назначение не только зафиксировать главное в тексте, но и дать необходимое обоснование этой мысли, (цифровые данные, интересные выражения, факты). Причем вопросы плана можно изложить и своими словами, и словами автора.

**II.** Весьма ценным видом записи при чтении являются тезисы. (Основные положения, утверждения от греческого "Teas" – утверждаю). Тезисы составляют промежуточное положение между планом и конспектом. В них кратко дается основное содержание книги. Перед тем, как записывать тезисы, прочитанный текст разделяют на небольшие части – разделы, параграфы или же абзацы в соответствии с планом и затем формулируют сущность прочитанного своими словами, как бы отвечая на вопрос: что именно здесь утверждает, защищает автор. Тезисы позволяют в краткой форме записать обобщение и выводы о прочитанном. Тезисы называются простыми, если выписанные мысли ничем не подтверждаются, и сложными, если они подкрепляются доводами, аргументами.

Следовательно, при составлении тезисов необходимо глубоко продумать, понять содержание книги, статьи, и т.п., уметь выделить основные положения и кратко их сформулировать.

**III.** Составление конспекта, прочитанного – это наиболее сложный и содержательный метод записывания при работе с книгой, потому что он объединяет в себе все виды записи и вместе с тем представляет собой нечто более цельное и своеобразное. Конспект книги (от лат. "коспектус" – обзор) – это краткое, последовательное изложение основного содержания книги, лекции, записанное в последовательной форме, и освобожденное от повторений и т. д. В тоже время в конспекте следует привести, помимо основных мыслей автора, выписки и цитаты, подтверждающие основные положения и выводы, вытекающие из книги. Некоторым, начинающим работать с книгой, кажется, что на конспектирование уходит много времени. Однако нужно понять, что творческие записи в виде конспекта, экономят время, способствуют глубокому изучению материала. Требуемое для конспектирования время будет неуклонно уменьшаться по мере приобретения навыков чтения и краткого изложения прочитанного.

Ценность конспекта повышается, когда в нем содержится не только краткий пересказ произведения, но и собственные мысли, когда конспект является плодом раздумий его составителя (желательно делать выход на современность).

Методика записей:

1. Записывать следует самое главное и по возможности наиболее кратко (запись должна быть сжата и лаконична).
2. Начинать запись надо с тщательно проверенных библиографических данных:
  - фамилия и инициалы авторов,
  - название книги или статьи (полное),
  - место и год издания, издательство и т. д.
  - номера журнала или выпуска,
  - краткий исторический очерк времени написания книги и т. д.
3. В тетрадях рекомендуется оставлять широкие поля для последующих вставок, дополнений, записей своих мыслей.
4. Записи должны делаться только после окончания чтения данного источника.

**Интерактивные формы обучения.** Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, определяется главной целью и задачами программы, особенностью контингента обучающихся и содержанием конкретных дисциплин, а также требованиями ФГОС с учетом специфики ОПОП.

К методам интерактивного обучения относятся те, которые способствуют вовлечению обучающихся в активный процесс получения и переработки знаний, например:

- «Мозговой штурм» (атака)
- Приглашение специалиста
- Тренинг
- Выступление в роли обучающего

- Работа в группах
- Мастер-класс
- Презентация
- Разработка проекта
- Решение ситуационных задач

К интерактивным методам относятся также презентации с использованием различных вспомогательных средств: интерактивной доски, раздаточных материалов, видеофильмов, слайдов, мультимедийной презентации и т.п.

**Преподавание и изучение дисциплины предполагает использование следующих видов образовательных технологий:**

**1. Информационные образовательные технологии** – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам (теоретически к неограниченному объему и скорости доступа), увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения индивидуальных траекторий подготовки и объективного контроля и мониторинга знаний обучающихся.

**2. Работа в команде** – совместная деятельность обучающихся в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

**3. Case-study** – анализ реальных проблемных ситуаций, имевших место в соответствующей области профессиональной деятельности, и поиск вариантов лучших решений.

**4. Игра** – ролевая имитация обучающимися реальной профессиональной деятельности с выполнением функций специалистов на различных рабочих местах.

**5. Проблемное обучение** – стимулирование обучающихся к самостоятельному приобретению знаний, необходимых для решения конкретной проблемы.

**6. Контекстное обучение** – мотивация обучающихся к усвоению знаний путем выявления связей между конкретным знанием и его применением.

**7. Обучение на основе опыта** – активизация познавательной деятельности обучающихся за счет ассоциации и собственного опыта с предметом изучения.

**8. Междисциплинарное обучение** – использование знаний из разных областей, их группировка и концентрация в контексте решаемой задачи.

**9. Опережающая самостоятельная работа** – изучение обучающимися нового материала до его изучения в ходе аудиторных занятий.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины представлены также в Методических рекомендациях по проведению семинарских и практических занятий по дисциплине «Технологии профессионального и личностного роста»

#### **10. Материально-техническое обеспечение, необходимое для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

При освоении дисциплины используются учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.

Перечень основного оборудования: специализированная учебная мебель, технические средства обучения, учебно-наглядные пособия.

Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

#### **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая список программного обеспечения и информационных справочных систем**

Список программного обеспечения

**Лицензионное программное обеспечение:**

1. Microsoft Windows 10
2. Microsoft Office 2010 (Word, Excel, PowerPoint)
3. Access 2013 Acdbc

**Свободно-распространяемое или бесплатное программное обеспечение**

1. Microsoft Security Essentials
2. 7-Zip
3. Notepad++
4. Adobe Acrobat Reader
5. WinDjView
6. Libreoffice ([Writer](#), [Calc](#), [Impress](#), [Draw](#), [Math](#), Base)
7. Scribus
8. Moodle.

**Справочные системы**

1. Справочно-правовая система «ГАРАНТ»
2. Система проверки на заимствования «ВКР-ВУЗ»
3. Культура. РФ. Портал культурного наследия
4. Культура России. Информационный портал

**12. Материально-техническая база, рекомендуемая для адаптации электронных и печатных образовательных ресурсов для обучающихся из числа инвалидов**

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья форма проведения занятий по дисциплине устанавливается образовательной организацией с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. При определении формы проведения занятий с обучающимся-инвалидом образовательная организация должна учитывать рекомендации, данные по результатам медико-социальной экспертизы, содержащиеся в индивидуальной программе реабилитации инвалида, относительно рекомендованных условий и видов труда. При необходимости для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья создаются специальные рабочие места с учетом нарушенных функций и ограничений жизнедеятельности