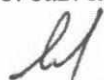


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ

Утверждено:
на заседании кафедры
протокол № 7 от «25» февраля 2021 г.
И. о. зав. кафедрой

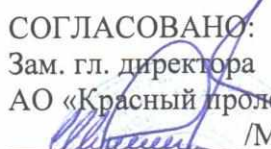


З.М. Гиниятова

Согласовано:
Председатель УМК факультета



_____ /Мельникова А.Я.

СОГЛАСОВАНО:
Зам. гл. директора
АО «Красный пролетарий»
 /М.И. Шарипов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Практикум по саморазвитию и психопрофилактике

Дисциплина обязательной части – Б1.О.05.02

Программа магистратуры

Направление подготовки

15.04.02 - Технологические машины и оборудование

Направленность (профиль) подготовки

«Инжиниринг технологического оборудования химических и нефтехимических производств»

Квалификация

магистр

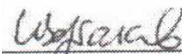
Разработчик (составитель)
к.псих.н., доцент

 /Щербаков С.В.

Для приёма: 2021 г.

Уфа 2021 г.

Составитель / составители: к.псих.н., доцент



Щербаков С.В.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры клинической психологии
протокол от «25» февраля 2021 г. № 7

Заведующий кафедрой



Гиниятова З.М.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на
заседании кафедры

_____,
протокол № ____ от « ____ » _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О./

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на
заседании кафедры

_____,
протокол № ____ от « ____ » _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О./

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на
заседании кафедры

_____,
протокол № ____ от « ____ » _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О./

Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	5
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	5
4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.	5
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.	7
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	16
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	16
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы	17
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	18

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

По итогам освоения дисциплины обучающийся должен достичь следующих результатов обучения:

Категория (группа) компетенций ¹ (при наличии ОПК)	Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	ИУК 6.1. Знает: основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности	Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности
		ИУК 6.2. Умеет: учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.	Умеет учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.
		ИУК 6.3. Владеет: навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими	Владеет навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно

¹ Указывается только для УК и ОПК (при наличии).

		самостоятельно корректировать саморазвитие самообразование выбранной траектории.	и по	корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.
--	--	---	---------	---

2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Практикум по саморазвитию и психопрофилактике» относится к обязательной части. Дисциплина изучается на 1 курсе в 2 семестре для очной формы обучения, на 1 курсе в 2 семестре для очно-заочной формы обучения, на 2 курсе в 3 сессии для заочной формы обучения.

Цели изучения дисциплины: содействие формированию у обучающихся представлений об особенностях организации и проведения психопрофилактической и психокоррекционной работы,

3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

Содержание рабочей программы представлено в Приложении № 1.

4. Фонд оценочных средств по дисциплине

4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Для формы промежуточного контроля – зачёт

Код и формулировка компетенции УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения	
		Не зачтено	Зачтено
ИУК 6.1. Знает: основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности	Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности	Имеет фрагментарные знания об основных принципах самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности	Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности
ИУК 6.2. Умеет: учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации	Умеет учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в	Не показывает сформированные умения учитывать принципы образования для саморазвития и	Умеет учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни;

<p>в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.</p>	<p>течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.</p>	<p>самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.</p>	<p>реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.</p>
<p>ИУК 6.3. Владеет: навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.</p>	<p>Владеет навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.</p>	<p>Не владеет навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.</p>	<p>Владеет навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.</p>

для зачета очная, очно-заочная и заочная форма обучения:

Критериями оценивания являются сдача всех видов работ на оценки 3, 4 и 5.

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания

результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства
ИУК 6.1. Знает: основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности	Знает основные принципы самовоспитания и самообразования, саморазвития и самореализации, использования творческого потенциала собственной деятельности	Доклад, сообщение, Тест
ИУК 6.2. Умеет: учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.	Умеет учитывать принципы образования для саморазвития и самоорганизации в течение всей жизни; реализовать намеченные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей и временной перспективы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата.	Доклад, сообщение, Коллоквиум, Тест
ИУК 6.3. Владеет: навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.	Владеет навыками рационального распределения временных ресурсов, построения индивидуальной траектории саморазвития и самообразования в течение всей жизни; навыками самоконтроля и рефлексии, позволяющими самостоятельно корректировать саморазвитие и самообразование по выбранной траектории.	Интерактивное занятие, Коллоквиум, Тест

Вопросы для зачета:

1. Системные характеристики группы психологических понятий «само-».
2. Атрибутивные свойства группы понятий «само-».
3. Структура группы понятий «само-».
4. Основания субъектного подхода как методологической основы изучения саморазвития в современной отечественной психологии личности.
5. Системные характеристики группы психологических понятий «само-» с позиций субъектного подхода в психологии.
6. Философские концепции саморазвития.
7. Опыт педагогического изучения саморазвития.

8. Направления изучения саморазвития в отечественной психологии.
9. Направления изучения саморазвития в зарубежных психологических подходах.
8. Соотношение саморазвитие с иными понятиями группы «само»-.
9. Развитие и саморазвитие – проблема дифференциации.
10. Саморазвитие как акт: психологическая природа, структура и механизм.
11. Саморазвитие как стратегия жизни.
12. Направленность на саморазвитие как атрибут зрелой личности.
13. Функции саморазвития личности.
14. Структура саморазвивающейся личности.
15. Структура акта саморазвития.
16. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.
17. Методики психодиагностика параметров саморазвивающейся личности.
18. Методики психодиагностики направленности на саморазвитие как жизненной стратегии.
19. Возможности психологического сопровождения саморазвивающейся личности.
20. Психолого-педагогическая поддержка саморазвития в образовательной среде.
21. Методолого-теоретические основы психопрофилактики и психокоррекции.
22. Основные виды деятельности психолога образования.
23. Общая характеристика психологической профилактики.
24. Общая характеристика психологической коррекции.
25. Научный, прикладной и практический аспекты психопрофилактики и психокоррекции, их характеристика.
26. Методы психологической профилактики (общая характеристика).
27. Методы психологической коррекции (общая характеристика).
28. Психолого-педагогический консилиум как метод психопрофилактической работы.
29. Методические аспекты организации и проведения психопрофилактической работы.
30. Методические аспекты организации и проведения психокоррекционной работы.

Критерии оценки для очной и заочной формы обучения:

- оценка 5 выставляется студенту, если студент демонстрирует глубокое и прочное усвоение программного материала - полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при видоизменении задания, - свободно справляющиеся с поставленными задачами, знания материала, - правильно обоснованные принятые решения, - владение разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ;
- оценка 4 выставляется студенту, если студент демонстрирует знание программного материала – грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос, - правильное применение теоретических знаний - владение необходимыми навыками при выполнении практических задач.;
- оценка 3 выставляется студенту, если студент демонстрирует усвоение основного материала – при ответе допускаются неточности - при ответе недостаточно правильные формулировки - нарушение последовательности в изложении программного материала - затруднения в выполнении практических заданий;
- оценка 2 выставляется студенту, если студент демонстрирует не знание материала, - при ответе возникают ошибки - затруднения при выполнении практических работ.

Вопросы для коллоквиумов, собеседования

1. Системные характеристики группы психологических понятий «само-».
2. Атрибутивные свойства группы понятий «само-».
3. Структура группы понятий «само-».
4. Основания субъектного подхода как методологической основы изучения саморазвития в современной отечественной психологии личности.

5. Системные характеристики группы психологических понятий «само-» с позиций субъектного подхода в психологии.
6. Философские концепции саморазвития.
7. Опыт педагогического изучения саморазвития.
8. Направления изучения саморазвития в отечественной психологии.
9. Направления изучения саморазвития в зарубежных психологических подходах.
8. Соотношение саморазвитие с иными понятиями группы «само»-.
9. Развитие и саморазвитие – проблема дифференциации.
10. Саморазвитие как акт: психологическая природа, структура и механизм.
11. Саморазвитие как стратегия жизни.
12. Направленность на саморазвитие как атрибут зрелой личности.
13. Функции саморазвития личности.
14. Структура саморазвивающейся личности.
15. Структура акта саморазвития.
16. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.
17. Методики психодиагностика параметров саморазвивающейся личности.
18. Методики психодиагностики направленности на саморазвитие как жизненной стратегии.
19. Возможности психологического сопровождения саморазвивающейся личности.
20. Психолого-педагогическая поддержка саморазвития в образовательной среде.
21. Методолого-теоретические основы психопрофилактики и психокоррекции.
22. Основные виды деятельности психолога образования.
23. Общая характеристика психологической профилактики.
24. Общая характеристика психологической коррекции.
25. Научный, прикладной и практический аспекты психопрофилактики и психокоррекции, их характеристика.
26. Методы психологической профилактики (общая характеристика).
27. Методы психологической коррекции (общая характеристика).
28. Психолого-педагогический консилиум как метод психопрофилактической работы.
29. Методические аспекты организации и проведения психопрофилактической работы.
30. Методические аспекты организации и проведения психокоррекционной работы.
41. Типичные ошибки психолога при организации и проведении психопрофилактической работы.
42. Типичные ошибки психолога при организации и проведении психокоррекционной работы.
43. Содержание психопрофилактической работы как актуальная проблема.
44. Содержание психокоррекционной работы как актуальная проблема.
45. Этика профессиональной деятельности психолога при организации и проведении психопрофилактической и психокоррекционной работы (основные принципы).
46. Особенности организации и проведения психопрофилактической работы.
47. Особенности организации и проведения психокоррекционной работы.
48. Требования к структуре и оформлению программы психопрофилактической и психокоррекционной работы.
49. Авторские программы психопрофилактической и психокоррекционной работы (по выбору).
50. Выбор и обоснование методов для программ психопрофилактической и психокоррекционной работы.

Критерии оценки:

- 5 выставляется студенту, если студент демонстрирует глубокое и прочное усвоение программного материала - полные, последовательные, грамотные и логически излагаемые ответы при видоизменении задания, - свободно справляющиеся с поставленными задачами,

знания материала, - правильно обоснованные принятые решения, - владение разносторонними навыками и приемами выполнения практических работ;

- 4 выставляется студенту, если студент демонстрирует знание программного материала – грамотное изложение, без существенных неточностей в ответе на вопрос, - правильное применение теоретических знаний - владение необходимыми навыками при выполнении практических задач.;

- 3 выставляется студенту, если студент демонстрирует усвоение основного материала – при ответе допускаются неточности - при ответе недостаточно правильные формулировки - нарушение последовательности в изложении программного материала - затруднения в выполнении практических заданий;

- 2 выставляется студенту, если студент демонстрирует не знание программного материала, - при ответе возникают ошибки - затруднения при выполнении практических работ.

Интерактивное занятие

Интерактивное занятие 1: Саморазвитие личности: структура, функции, механизмы

В мини-группах студенты решают психологические задачи, которые представляют собой примеры из художественной литературы, описывающие поведение личности, находящейся в субъектной и объектной позиции в отношении своего развития. Задача группы определить, какой вариант поведения описывается в тексте и обосновать свою позицию, апеллируя к тексту.

Интерактивное занятие 2: Методики психологического изучения саморазвития и диагностики саморазвивающейся личности. Занятие проходит в форме самоисследования студентов с помощью психодиагностических тестов на измерение различных проявлений саморазвития. Общаются и сравниваются результаты диагностики по методикам, сконструированным для различных диагностических целей и с различных теоретических позиций. На каждого участника обсуждения составляется психодиагностическое заключение, где сопоставляются полученные результаты.

Интерактивное занятие 3: Приемы психологической активизации и поддержки саморазвития личности. Занятие посвящено просмотру и анализу фрагментов художественного фильма «Влюблен по собственному желанию». Обсуждаются следующие вопросы:

- Каковы личностные черты героев фильма?
- Какие можно выделить траектории изменения личности героев фильма?
- Каковы признаки личностного роста героев фильма?
- Какова роль социальной поддержки в развитии личности?
- Какова роль мотивации в саморазвитии личности?
- Какова роль свободы выбора и ответственности в судьбе личности?
- Какую технологию саморазвития предлагают и используют герои фильма?
- Какие из представленных в фильме примеров активации и поддержки саморазвития можно перенести в практику работы психолога?
- Чем можно дополнить технологический арсенал поддержки саморазвития героев фильма?

Интерактивное занятие 4

Саморазвитие личности: структура, функции, механизмы. Приведите из художественной литературы, своей жизни или жизненных наблюдений по одному примеру, описывающие поведение личности, находящейся в субъектной и объектной позиции в отношении своего развития. Опишите суть ситуации развития и акта развития. Аргументируйте свою аттестацию данного изменения как объектного либо субъектного.

Методики психологического изучения саморазвития и диагностики саморазвивающейся личности. Изложите на 1 стр. содержание одной из статей в психологических журналах за последние пять лет, где использовались методики психологической диагностики саморазвития или характеристик саморазвивающейся личности. Укажите выходные данные статьи.

Приемы психологической активизации и поддержки саморазвития личности. Составьте программу саморазвития, пройдя два этапа.

Этап 1. Впишите в ячейки нижепредставленного квадрата, какие качества личности, черты поведения или образа жизни Вы хотите приобрести, какие-то ограничить, от каких избавиться или как-то изменить их в течение года (если требуется другой срок, укажите это). В каждом квадрате расположите одну цель: приобретение, избавление, преобразование, ограничение.

Этап 2. Раскройте путь достижения каждой цели из квадрата целей по алгоритму в таблице.

Про преодоление

1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений)
2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений)
3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений)
4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев)
5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений)
6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений)
7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)

Про избавление

1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений)
2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений)
3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений)
4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев)
5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений)
6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений)
7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)

Про преобразование

1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений)
2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений)
3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений)
4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев)
5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений)
6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений)
7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)

Про преобразование

1. Почему меня не устраивает то, как есть сейчас (2-5 предложений)
2. Зачем мне нужно это достижение (2-5 предложений)
3. Что я готов сделать для достижения (2-5 предложений)
4. Как я узнаю, что я этого достиг (2-5 критериев)
5. Что я потеряю, если я не достигну цели (2-5 предложений)
6. Что у меня есть, чтобы это сделать (2-5 предложений)
7. Что может мне помешать это сделать (2-5 предложений)

Критерии оценки для очной и заочной формы обучения:

- 5 выставляется студенту, если студент решил все рекомендованные задачи, правильно изложил все варианты их решения, аргументировав их, с обязательной ссылкой на нормы действующего законодательства;

- 4 баллов выставляется студенту, если студент решил не менее 95% рекомендованных задач, правильно изложил все варианты решения, аргументировав их, с обязательной ссылкой на нормы действующего законодательства;
- 3 баллов выставляется студенту, если студент решил не менее 50% рекомендованных задач, правильно изложил все варианты их решения, аргументировав их, с обязательной ссылкой на нормы действующего законодательства;
- 2 баллов выставляется студенту, если студент выполнил менее 50% задания, и/или неверно указал варианты решения.

Темы докладов, сообщений

Семинар № 1

1. Знания о саморазвитии из философских дисциплин, педагогики, различных психологических подходов.
2. Основные традиции в трактовке саморазвития и саморазвития личности.
3. Соотношение саморазвитие с иными понятиями группы «само»-.
4. Развитие и саморазвитие – проблема дифференциации.
5. Основные подходы к изучению саморазвития в зарубежной и отечественной (субъектный, антропологический, акмеологический, культурно-исторический) психологии.
6. Саморазвитие как акт: психологическая природа, структура и механизм.
7. Саморазвитие как стратегия жизни.

Семинар № 2

1. Проблема диагностических единиц при изучении саморазвития.
2. Проблема измерения проявлений саморазвития.
3. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.
4. Диагностика саморазвивающейся личности и саморазвития как жизненной стратегии.

Семинар № 3

1. Психологические приемы активизации саморазвития; формирования мотивации к саморазвитию.
2. Технологии целеполагания в процессе саморазвития: локального и стратегического.
3. Приемы распознавания и преодоления психологических барьеров саморазвития личности.
4. Техники планирования саморазвития как стратегического способа проживания жизни.

Семинар № 4

1. Характеристика психологической профилактики.
2. Характеристика психологической коррекции.
3. Методы психологической профилактики. Классификации и характеристика методов психопрофилактики.
4. Методы психологической коррекции. Классификации и характеристика методов психокоррекции.
5. Актуальные проблемы психопрофилактической и психокоррекционной работы.
6. Анализ типичных ошибок психолога при организации и проведении психопрофилактической и психокоррекционной работы.
7. Критерии для оценивания программ психопрофилактической и психокоррекционной работы.
8. Авторские программы психологической профилактики.
9. Авторские программы психологической коррекции.
10. Перспективы развития психопрофилактики и психокоррекции.

Критерии оценки:

- **5** выставляется студенту, если раскрыта суть рассматриваемого аспекта и причина его рассмотрения; описание существующих для данного аспекта проблем и предлагаемые пути их решения; доклад имеет презентацию; соблюден регламент при представлении доклада; представление, а не чтение материала; использованы нормативные, монографические и периодические источники литературы; четкость дикции; правильность и своевременность ответов на вопросы; оформление доклада в соответствии с требованиями сдачи его преподавателю;
- **4** выставляется студенту, если не выполнены любые два из вышеуказанных условий;
- **3** выставляется студенту, если не выполнены любые четыре из вышеуказанных условий;
- **2** выставляется студенту, если не выполнены любых шесть из указанных условий

Комплект тестов (тестовых заданий)

1. Выберите один правильный ответ. Укажите характерные для субъектной позиции атрибуты

- А) активность, автономность, опосредствованность
- Б) директивность, инициативность, проективность
- В) стабильность, каузальность, когерентность

2. Выберите один правильный ответ. В какой из семей скорее вырастут дети с высокой потребностью в саморазвитии?

- А) В семье, где родители поощряют в детях самостоятельность
- Б) В семье, где родители очень опекают своих детей.
- В) В семье, где родители стараются, чтобы у их детей было много друзей.

3. Укажите профессионально важные требования к выбору или разработке игр/упражнений, направленных на активизацию и стимуляцию саморазвития в контексте профессиональной деятельности.

- А. Учитывать специфику выбранной профессиональной деятельности
- Б. Соответствовать требованиям психологической и физической безопасности
- В. Быть применимыми для работы с группой 10-15 человек
- Г. Быть направленными на активизацию и стимуляцию процессов саморазвития в контексте профессиональной деятельности
- Д. Все ответы верны

4. Представьте, что Вы участвуете в разработке программ по развитию психологической готовности педагогов к использованию инновационных педагогических технологий в обучении и воспитании. Укажите, какие ведущие факторы формирования готовности необходимо использовать:

- А. Развитие компьютерной грамотностью и умения работать с интерактивной доской
- Б. Постоянное самообразование и саморазвитие учителя, что даст ему возможность следить за новыми формами работы с детьми и успешно внедрять их в своем опыте
- В. Формирование урока посредством разнообразных презентаций

5. Основные этические принципы работы психолога:

- А. «не навреди»;
- Б. исходить из интересов ребенка;
- В. действовать в рамках своей компетенции;
- Г. превышать свои полномочия.

6. Основные этические принципы работы психолога:

- А. обеспечивать возможность развития личности ребенка;
- Б. тактичная, вежливая форма работы;
- В. игнорировать учителей и родителей;

Г. учет возрастных и индивидуальных особенностей.

7. Правила разработки программ психопрофилактической и психокоррекционной работы:

- А. актуальность проблемы;
- Б. научность информации;
- В. гуманизм;
- Г. неуважение к людям.

8. Правила разработки программ психопрофилактической и психокоррекционной работы:

- А. доступность материала;
- Б. неактуальность информации;
- В. научность взглядов;
- Г. гуманизм.

9. Основные задачи психопрофилактики:

- А. устранение факторов, вредно отражающихся на психике человека;
- Б. ранняя диагностика начальных форм психических заболеваний;
- В. использование факторов, положительно влияющих на психику;
- Г. игнорирование факторов, вредно отражающихся на психике.

10. Основные задачи психогигиены:

- А. изучение влияния условий среды на психику человека;
- Б. разработка оптимальных норм труда и отдыха;
- В. пропаганда психогигиенических знаний;
- Г. игнорирование влияния условий среды на психику.

11. Виды психогигиены:

- А. возрастная;
- Б. психогигиена труда;
- В. психогигиена быта;
- Г. антивозрастная.

12. Виды психогигиены:

- А. военная;
- Б. психогигиена семьи;
- В. спортивная;
- Г. антивоенная.

13. Методы психокоррекции:

- А. оперантные;
- Б. наблюдение за другими;
- В. неоперантные;
- Г. за счет организации специального обучения.

14. Принципы коррекционной работы:

- А. единство диагностики и коррекции;
- Б. «нормативности» развития;
- В. коррекция «сверху вниз»;
- Г. «ненормативности» развития.

15. Принципы коррекционной работы:

- А. системности развития;

- Б. деятельностный принцип;
- В. игнорирования родителей и других значимых для ребенка лиц;
- Г. активного вовлечения в работу родителей и других значимых для ребенка лиц.

16. Методы психопрофилактики:

- А. работа в рамках консультативных центров, телефонов доверия и других организаций, ориентированных на психологическую помощь здоровым людям;
- Б. обследования для выявления групп риска и профилактической работы с ними;
- В. информирование населения;
- Г. игнорирование населения.

17. Компоненты готовности психолога к психокоррекционной работе:

- А. теоретическая;
- Б. практическая;
- В. экономическая;
- Г. личностная.

18. Психокоррекционный комплекс целенаправленного воздействия на ребенка (блоки):

- А. диагностический;
- Б. установочный;
- В. коррекционный;
- Г. теоретический;
- Д. оценка эффективности воздействий.

19. Основные этапы психолого-педагогического консилиума (ППК):

- А. подготовка материалов к ППК;
- Б. заседание ППК;
- В. реализация запланированных форм работы;
- Г. отчитывание родителей ученика.

20. Аспекты психопрофилактики и психокоррекции как интегрального феномена:

- А. научный;
- Б. прикладной;
- В. практический;
- Г. антинаучный.

21. Типичные ошибки психолога в психопрофилактической и психокоррекционной работе:

- А. частое употребление сложной психологической терминологии;
- Б. демонстрация манеры ученого;
- В. чтение лекции в описательной манере;
- Г. наличие обратной связи.

22. Типичные ошибки психолога-лектора (по Н. Самоукиной):

- А. низкоэффективная организация лекционного материала;
- Б. демонстрация на лекции психологического высокомерия;
- В. демонстрация менторской позиции;
- Г. приведение примеров.

23. Формы коррекции (по Д.Б. Эльконину):

- А. симптоматическая;

- Б. олимпиады;
- В. викторины;
- Г. каузальная.

24. Основные виды работы психолога образования:

- А. психологическое просвещение;
- Б. психодиагностика;
- В. психологическое консультирование;
- Г. игнорирование интересов дошкольников и учащихся.

25. Основные виды работы психолога образования:

- А. психологическая профилактика;
- Б. психокоррекция;
- В. работа по развитию способностей ребенка;
- Г. игнорирование интересов родителей.

Критерии оценки для очной и заочной формы обучения:

- 5 выставляется студенту, если студент ответил на все вопросы правильно;
- 4 выставляется студенту, если студент ответил на 75% вопросы правильно;
- 3 выставляется студенту, если студент ответил на 50% вопросы правильно;
- 2 выставляется студенту, если студент ответил на 25% вопросы правильно.

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

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

Основная литература:

1. Голубева, Е. В. Развитие личности профессионала: учебное пособие / Е. В. Голубева, А. Е. Лызь ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. – Ростов-на-Дону ; Таганрог: Южный федеральный университет, 2017. – 89 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=499624>

2. Арон, И. С. Психология развития профессионала: учебное пособие: [16+] / И. С. Арон ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола: Поволжский государственный технологический университет, 2017. – 164 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=476163>

3. Козьяков, Р. В. Психофизиология профессиональной деятельности: конспект лекций / Р. В. Козьяков. – Москва: Директ-Медиа, 2013. – 243 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210568>

Дополнительная литература:

1. Психодиагностика: учебное пособие / авт.-сост. Э. Г. Касимова ; Уфимский государственный университет экономики и сервиса. – Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014. – 155 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272482>

2. Тарасова, С. И. Психодиагностические методики: учебное пособие / С. И. Тарасова, Е. В. Таранова ; Ставропольский государственный аграрный университет, Кафедра педагогики, психологии и социологии. – Ставрополь: Ставропольский государственный аграрный университет (СтГАУ), 2015. – 68 с.: табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438826>

3. Галиуллина, С. Д. Психология управления: учебное пособие / С. Д. Галиуллина ; Уфимский государственный университет экономики и сервиса. – изд. 2-е, доп. – Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2013. – 240 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272469>

4. Петренко, Е. С. Современные практики принятия управленческих решений: лидерство и саморазвитие=Modern management decisionmaking practices: leadership and self-development: учебное пособие: [16+] / Е. С. Петренко, Л. В. Шабалтина, А. В. Варламов. – Москва: Креативная экономика, 2019. – 102 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599622>

5. Психология социального взаимодействия: учебно-методический комплекс дисциплины. – Москва: Директ-Медиа, 2013. – 142 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210554>

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам - <http://window.edu.ru>
2. Психология человека [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://4brain.ru/psy/>
3. Психология на портале Постнаука [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://postnauka.ru/themes/psihologiya>
4. Психология на русском языке [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.psychology.ru/>
5. Новости психологической науки на портале Элементы [Электронный ресурс] Режим доступа: https://elementy.ru/novosti_nauki/t/116855/Psikhologiya

Перечень информационных справочных систем:

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;
 - ЭБС издательства «Лань»;
 - ЭБС «Электронный читальный зал»;
 - БД периодических изданий на платформе EastView: «Вестники Московского университета», «Издания по общественным и гуманитарным наукам»;
 - Научная электронная библиотека;
 - БД диссертаций Российской государственной библиотеки.
- Также доступны следующие зарубежные научные ресурсы баз данных:
- Web of Science;
 - Scopus;
 - Издательство «Taylor&Francis»;
 - Издательство «Annual Reviews»;
 - «Computers & Applied Sciences Complete» (CASC) компании «EBSCO»
 - Архивы научных журналов на платформе НЭИКОН (Cambridge University Press, SAGE Publications, Oxford University Press);
 - Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (<http://window.edu.ru>);
 - справочно-правовая система Консультант Плюс;
 - справочно-правовая система Гарант.

Перечень программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины:

1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Договор № 104 от 17.06.2013 г. Лицензии бессрочные.
2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Договор № 114 от 12.11.2014 г. Лицензии бессрочные.
3. Система централизованного тестирования БашГУ (MOODLE): «Официальный

оригинальный английский текст лицензии для системы Moodle
<http://www.gnu.org/licenses/gpl.html>; Перевод лицензии для системы Moodle
<http://rusgpl.ru/rusgpl.pdf>».

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

<p>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа: аудитория № 302 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100),</p> <p>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа: аудитория № 302 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100)</p> <p>3. учебная аудитория для проведения курсового проектирования (выполнения курсовых работ): аудитория № 302 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100)</p> <p>4. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций аудитория № 302 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100)</p> <p>5. учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации: аудитория № 302 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100)</p> <p>6. помещения для самостоятельной работы: читальный зал № 201 (З. Валиди 32, физ-мат корпус), читальный зал № 201 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100), аудитория № 403 компьютерный класс (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100).</p>	<p align="center">Аудитория № 302</p> <p>Учебная мебель, учебно-наглядные пособия, доска, проектор Nec M361X(M361XG) LCD 3600Lm XGA(1024x768) 3000:1, экран ScreenMedia Economy-P 1:1 180x180c.</p> <p align="center">Аудитория № 403</p> <p>Коммутатор HP V1410-24G, Персональный компьютер в комплекте Lenovo ThinkCentre All-In-One (12 шт.), Персональный компьютер Моноблок барербон ECS G11-21ENS6B 21.5 G870/2GDDR31333/320G SATA/DVD+RW (12 шт.), Сервер №2 Depo Storm1350Q1, Коммутатор Hewlett Packard HP V1410-8 G, Учебная мебель, доска</p> <p align="center">Читальный зал № 201 (З. Валиди 32, физ-мат корпус)</p> <p>Учебная мебель, PentiumG2130/4Гб/500Гб/21,5»/Кл/мышь -5 шт, ПК в компл. Фермо Intel. Фермо Intel, Моноблок №1 Фермо AMD A8-5500 – 5 шт.</p> <p align="center">Читальный зал № 201 (Учебный корпус, адрес 450078, ул. Мингажева, д. 100)</p> <p>Учебная мебель, PentiumG2130/4Гб/500Гб/21,5»/Кл/мышь, ПК в компл. Фермо Intel, Intel PentiumG2130/4Гб/500Гб/21,5»/Кл/мышь</p>
--	---

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ²

дисциплины Практикум по саморазвитию и психопрофилактике на 2
семестр

очная
форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (з.е. / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	16,2
лекций	
практических/ семинарских	16
лабораторных	-
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта ³	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	55,8
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта ⁴	-
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	-

Форма(ы) контроля:

Зачёт 2 семестр

² Количество часов/з.е. указывается в соответствии с учебным планом, таблицы заполняются отдельно по каждой форме обучения (очной, очно-заочной, заочной).

³ Контактных часов – 2

⁴ Количество часов на самостоятельную работу указывается на усмотрение разработчика, но не более 20 часов

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)					Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, курсовые работы, компьютерные тесты и т.п.)
		Всего	ЛК	ПР/СЕМ	ФКР	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Тема 1. Саморазвитие личности: структура, функции, механизмы Проблема саморазвития как предметом активного междисциплинарного дискурса. Основные направления исследовательских поисков в философских, психологических подходах и педагогике и обозначение проблемных зон саморазвития, где встречаются исследовательские усилия названных дисциплин. Решение проблемы сущности саморазвития.	18		4		14	Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5	Подготовка к докладу	Доклад, сообщение
2.	Тема 2. Методики психологического изучения саморазвития и диагностики саморазвивающейся личности Оценка способности к саморазвитию и самообразованию. Диагностика уровня	18		4		14	Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5	Подготовка к докладу Подготовка к интерактивному занятию.	Доклад, сообщение Интерактивное занятие, Тестирование

	<p>парциальной готовности к профессионально-педагогическому саморазвитию. Уровень развития субъектности личности.</p> <p>Методы изучения саморазвития как особой формы развития и жизненной стратегии: «Интервью с самим собой».</p> <p>Методика диагностики индивидуальных особенностей, препятствующих саморазвитию.</p> <p>Выявление личностных ресурсов для осуществления саморазвития. Определение личностных особенностей, которые необходимы для планирования и реализации стратегии саморазвития на жизненном пути.</p>								
3.	<p>Тема 3.</p> <p>Приемы психологической активизации и поддержки саморазвития личности</p> <p>Возможности психологической активизации, поддержки и сопровождения саморазвития личности. Барьеры осуществления самоорганизации и саморазвития. Внешние (социальные) и внутренние (личностные) барьеры. Классификация барьеров саморазвития</p>	18		4		14	<p>Основная литература: 1-3</p> <p>Дополнительная литература: 1-5</p>	<p>Подготовка к докладу</p> <p>Подготовка к интерактивному занятию.</p>	<p>Доклад, сообщение, Интерактивное занятие</p>

4.	<p>Тема 4. Методолого-теоретические основы психопрофилактики и психокоррекции. Общая характеристика психопрофилактики и психокоррекции. Методы психопрофилактики и психокоррекции</p> <p>Общая характеристика психологической профилактики. Понятие о психологической профилактике. Общая характеристика психологической профилактики. Актуальные проблемы психопрофилактики. Цели, задачи, принципы психопрофилактики. Понятие о психогигиене. Виды (типы) психогигиены. Особенности психогигиены педагогического процесса и умственного труда. Понятие о психологической коррекции. Общая характеристика психологической коррекции. Методы психопрофилактики: классификация, характеристика отдельных методов. Психолого-педагогический консилиум как один</p>	18		4	0,2	13,8	<p>Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5</p>	<p>Подготовка к интерактивному занятию. Подготовка к коллоквиуму и тестированию</p>	<p>Интерактивное занятие, Коллоквиум Тестирование</p>

из перспективных методов психопрофилактической работы. Методы психокоррекции: классификация (по особенностям основных научных подходов), характеристика отдельных методов.									
Всего часов:	72		16	0,2	55,8				

ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНЖЕНЕРНЫЙ ФАКУЛЬТЕТ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ⁵

дисциплины **Практикум по саморазвитию и психопрофилактике**
на 2 семестр

очно-заочная
форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (з.е. / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	14,2
лекций	
практических/ семинарских	14
лабораторных	-
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта ⁶	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	57,8
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта ⁷	-
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	-

Форма(ы) контроля:
Зачёт 2 семестр

⁵ Количество часов/з.е. указывается в соответствии с учебным планом, таблицы заполняются отдельно по каждой форме обучения (очной, очно-заочной, заочной).

⁶ Контактных часов – 2

⁷ Количество часов на самостоятельную работу указывается на усмотрение разработчика, но не более 20 часов

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоёмкость (в часах)					Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, курсовые работы, компьютерные тесты и т.п.)
		Всего	ЛК	ПР/СЕМ	ФКР	СР			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Тема 1. Саморазвитие личности: структура, функции, механизмы Проблема саморазвития как предметом активного междисциплинарного дискурса. Основные направления исследовательских поисков в философских, психологических подходах и педагогике и обозначение проблемных зон саморазвития, где встречаются исследовательские усилия названных дисциплин. Решение проблемы сущности саморазвития.	18		3		15	Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5	Подготовка к докладу	Доклад, сообщение
2.	Тема 2. Методики психологического изучения саморазвития и диагностики саморазвивающейся личности Оценка способности к саморазвитию и самообразованию. Диагностика уровня	18		3		15	Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5	Подготовка к докладу Подготовка к интерактивному занятию.	Доклад, сообщение Интерактивное занятие, Тестирование

	<p>парциальной готовности к профессионально-педагогическому саморазвитию. Уровень развития субъектности личности.</p> <p>Методы изучения саморазвития как особой формы развития и жизненной стратегии: «Интервью с самим собой».</p> <p>Методика диагностики индивидуальных особенностей, препятствующих саморазвитию.</p> <p>Выявление личностных ресурсов для осуществления саморазвития. Определение личностных особенностей, которые необходимы для планирования и реализации стратегии саморазвития на жизненном пути.</p>								
3.	<p>Тема 3. Приемы психологической активизации и поддержки саморазвития личности</p> <p>Возможности психологической активизации, поддержки и сопровождения саморазвития личности. Барьеры осуществления самоорганизации и саморазвития. Внешние (социальные) и внутренние (личностные) барьеры. Классификация барьеров саморазвития</p>	18		4		14	<p>Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5</p>	<p>Подготовка к докладу Подготовка к интерактивному занятию.</p>	<p>Доклад, сообщение, Интерактивное занятие</p>

4.	<p>Тема 4. Методолого-теоретические основы психопрофилактики и психокоррекции. Общая характеристика психопрофилактики и психокоррекции. Методы психопрофилактики и психокоррекции</p> <p>Общая характеристика психологической профилактики. Понятие о психологической профилактике. Общая характеристика психологической профилактики. Актуальные проблемы психопрофилактики. Цели, задачи, принципы психопрофилактики. Понятие о психогигиене. Виды (типы) психогигиены. Особенности психогигиены педагогического процесса и умственного труда. Понятие о психологической коррекции. Общая характеристика психологической коррекции. Методы психопрофилактики: классификация, характеристика отдельных методов. Психолого-педагогический консилиум как один</p>	18		4	0,2	13,8	<p>Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5</p>	<p>Подготовка к интерактивному занятию. Подготовка к коллоквиуму и тестированию</p>	<p>Интерактивное занятие, Коллоквиум Тестирование</p>

из перспективных методов психопрофилактической работы. Методы психокоррекции: классификация (по особенностям основных научных подходов), характеристика отдельных методов.									
Всего часов:	72		14	0,2	57,8				

ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНЖЕНЕРНЫЙ ФАКУЛЬТЕТ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ⁸

дисциплины **Практикум по саморазвитию и психопрофилактике**
на летнюю сессию 2 курса

заочная
форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (з.е. / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	4,2
лекций	
практических/ семинарских	4
лабораторных	-
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) (ФКР)	0,2
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта ⁹	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	63,8
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта ¹⁰	-
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	4

Форма(ы) контроля:
Зачёт 3 сессия 2 курса

⁸ Количество часов/з.е. указывается в соответствии с учебным планом, таблицы заполняются отдельно по каждой форме обучения (очной, очно-заочной, заочной).

⁹ Контактных часов – 2

¹⁰ Количество часов на самостоятельную работу указывается на усмотрение разработчика, но не более 20 часов

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)					Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, курсовые работы, компьютерные тесты и т.п.)
		Всего	ЛК	ПР/СЕМ	ФКР	СР + контроль			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Тема 1. Саморазвитие личности: структура, функции, механизмы Проблема саморазвития как предметом активного междисциплинарного дискурса. Основные направления исследовательских поисков в философских, психологических подходах и педагогике и обозначение проблемных зон саморазвития, где встречаются исследовательские усилия названных дисциплин. Решение проблемы сущности саморазвития.	18		1		17	Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5	Подготовка к докладу	Доклад, сообщение
2.	Тема 2. Методики психологического изучения саморазвития и диагностики саморазвивающейся личности Оценка способности к саморазвитию и самообразованию. Диагностика уровня	18		1		17	Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5	Подготовка к докладу Подготовка к интерактивному занятию.	Доклад, сообщение Интерактивное занятие, Тестирование

	<p>парциальной готовности к профессионально-педагогическому саморазвитию. Уровень развития субъектности личности.</p> <p>Методы изучения саморазвития как особой формы развития и жизненной стратегии: «Интервью с самим собой».</p> <p>Методика диагностики индивидуальных особенностей, препятствующих саморазвитию.</p> <p>Выявление личностных ресурсов для осуществления саморазвития.</p> <p>Определение личностных особенностей, которые необходимы для планирования и реализации стратегии саморазвития на жизненном пути.</p>								
3.	<p>Тема 3. Приемы психологической активизации и поддержки саморазвития личности</p> <p>Возможности психологической активизации, поддержки и сопровождения саморазвития личности. Барьеры осуществления самоорганизации и</p>	18		1		17	<p>Основная литература: 1-3 Дополнительная литература: 1-5</p>	<p>Подготовка к докладу Подготовка к интерактивному занятию.</p>	<p>Доклад, сообщение, Интерактивное занятие</p>

	саморазвития. Внешние (социальные) и внутренние (личностные) барьеры. Классификация барьеров саморазвития								
4.	<p>Тема 4. Методолого-теоретические основы психопрофилактики и психокоррекции. Общая характеристика психопрофилактики и психокоррекции. Методы психопрофилактики и психокоррекции</p> <p>Общая характеристика психологической профилактики. Понятие о психологической профилактике. Общая характеристика психологической профилактики.</p> <p>Актуальные проблемы психопрофилактики. Цели, задачи, принципы психопрофилактики.</p> <p>Понятие о психогигиене. Виды (типы) психогигиены. Особенности психогигиены педагогического процесса и умственного труда.</p> <p>Понятие о психологической коррекции. Общая характеристика психологической коррекции.</p>	18	1	0,2	16,8	<p>Основная литература: 1-3</p> <p>Дополнительная литература: 1-5</p>	<p>Подготовка к интерактивному занятию.</p> <p>Подготовка к коллоквиуму и тестированию</p>	<p>Интерактивное занятие,</p> <p>Коллоквиум</p> <p>Тестирование</p>	

<p>Методы психопрофилактики: классификация, характеристика отдельных методов. Психолого-педагогический консилиум как один из перспективных методов психопрофилактической работы. Методы психокоррекции: классификация (по особенностям основных научных подходов), характеристика отдельных методов.</p>								
Всего часов:	72		4	0,2	67,8			