

ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ИСТОРИИ И ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ

Утверждено:
на заседании кафедры
протокол № 6 от «29» января 2021 г.

И. о. зав. кафедрой  / Р.Ф. Гатауллин

Согласовано:
Председатель УМК института



/ Р.А. Гильмутдинова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Практикум по саморазвитию и психопрофилактике

Обязательная часть

программа магистратуры

Направление подготовки

38.04.04 Государственное и муниципальное управление

Программа подготовки

Современные технологии государственного и муниципального управления

Квалификация
магистр

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

 /Игнатъева О.Н./

Для приема: 2021 г.

Уфа 2021

Составитель: к.с.н., доцент кафедры государственного управления О.Н. Игнатьева

Рабочая программа дисциплины *утверждена* на заседании кафедры протокол № 6 от «29» января 2021 г.

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./

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

	Стр.
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	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)	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	6
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	6
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	9
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	24
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	24
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы	25
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	26

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:

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	ИУК 6.1 Знает: основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знать: основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
	ИУК 6.2 Умеет: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Уметь: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
	ИУК 6.3 Владеет: навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Владеть: навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
ОПК-8. Способен организовывать внутренние и межведомственные коммуникации, взаимодействие органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами	ИОПК 8.1. Знает: основы организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами	Знать: основы организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации

гражданского общества, средствами массовой информации	гражданского общества, средствами массовой информации	
	ИОПК 8.2. Умеет: организовывать внутренние и межведомственные коммуникации, взаимодействие органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	Уметь: организовывать внутренние и межведомственные коммуникации, взаимодействие органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации
	ИОПК 8.3. Владеет: навыками организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	Владеть: навыками организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации

2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина (модуль) «Практикум по саморазвитию и психопрофилактике» относится к обязательной части.

Дисциплина изучается на 1 курсе во 2-м семестрах (при заочной форме обучения на 2 курсе).

Целью освоения дисциплины «Практикум по саморазвитию и психопрофилактике» – сформировать представления и навыки использования методик психологической диагностики и поддержки саморазвития личности.

Освоение дисциплины «Практикум по саморазвитию и психопрофилактике» служит основой для изучения таких дисциплин, как «Информационно-аналитические технологии

государственного и муниципального управления» и др. Полученные знания, навыки и умения используются в ходе выполнения выпускной квалификационной 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

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: основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знать: основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Имеет фрагментарные знания основ реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знает основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
ИУК 6.2 Умеет: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Уметь: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Не способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Умеет определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки
ИУК 6.3 Владеет: навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Владеть: навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Не владеет навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Демонстрирует способность определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ОПК-8. Способен организовывать внутренние и межведомственные коммуникации, взаимодействие органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации

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: основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знать: основы реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	практические задания, тест
ИУК 6.2 Умеет: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Уметь: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	практические задания, дискуссия, тест
ИУК 6.3 Владеет: навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Владеть: навыками определения и реализации приоритетов собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	практические задания, дискуссия
ИОПК 8.1. Знает: основы организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	Знать: основы организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	практические задания, тест
ИОПК 8.2. Умеет: организовывать внутренние и межведомственные коммуникации, взаимодействие органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	Уметь: организовывать внутренние и межведомственные коммуникации, взаимодействие органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	практические задания, дискуссия, тест
ИОПК 8.3. Владеет: навыками организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	Владеть: навыками организации внутренних и межведомственных коммуникаций, взаимодействия органов государственной власти и местного самоуправления с гражданами, коммерческими организациями, институтами гражданского общества, средствами массовой информации	практические задания, дискуссия

Критериями оценивания при *модульно-рейтинговой системе* являются баллы, которые выставляются преподавателем за виды деятельности (оценочные средства) по итогам изучения модулей (разделов дисциплины), перечисленных в рейтинг-плане дисциплины (*для зачета*: текущий контроль – максимум 50 баллов; рубежный контроль – максимум 50 баллов, поощрительные баллы – максимум 10).

Шкалы оценивания:

для зачета:

зачтено – от 60 до 110 рейтинговых баллов (включая 10 поощрительных баллов),
не зачтено – от 0 до 59 рейтинговых баллов).

Рейтинг-план дисциплины

Практикум по саморазвитию и психопрофилактике
 Направление подготовки 38.04.04 Государственное и муниципальное управление
 Курс 1, семестр 2

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1				
Текущий контроль				
1. Аудиторная работа			0	25
1.1 Устный индивидуальный опрос	5	2	0	10
1.2 Выполнение/защита практ. работы	15	1	0	15
Рубежный контроль			0	25
1. Тестирование	25	1	0	25
Модуль 2				
Текущий контроль				
1. Аудиторная работа			0	25
1.1 Устный индивидуальный опрос	5	2	0	10
1.2 Выполнение/защита практ. работы	15	1	0	15
Рубежный контроль			0	25
1. Тестирование	25	1	0	25
Поощрительные баллы				
1. Участие в конференциях	5			5
2. Публикация статей	5			5
Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)				
1. Посещение лекционных занятий			0	-6
2. Посещение практических (семинарских, лабораторных занятий)			0	-10
Итоговый контроль				
Зачет				-
ВСЕГО:				110 (включая 10 поощрительных баллов)

Критерии оценивания результатов зачета:

Магистранты заочной формы обучения сдают зачет в форме тестовых заданий, которые составляются по вопросам зачета. Порог прохождения итогового тестирования – 60% правильных ответов.

- «Зачтено» выставляется студенту, если 15 ответов правильных;
- «Не зачтено» выставляется студенту, если 10 и более ответов неправильных.

Если обучающийся не преодолел установленный порог, то он направляется на передачу дисциплины.

Оценочные средства для очной и заочной форм обучения

Типовые зачетные материалы

1. Знания о саморазвитии из философских дисциплин, педагогики, различных психологических подходов.
2. Основные традиции в трактовке саморазвития и саморазвития личности.
3. Соотношение саморазвития 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.
8. Проблема диагностических единиц при изучении саморазвития.
9. Проблема измерения проявлений саморазвития.
10. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.

Критерии оценивания результатов зачета:

Магистранты очной формы обучения сдают зачет в соответствии с требованиями балльно-рейтинговой системы.

Магистранты заочной формы обучения сдают зачет в форме тестовых заданий, которые составляются по вопросам зачета.

Типовые темы для проведения дискуссии

Дискуссия проводится на практических занятиях в рамках изучения новой темы с целью выяснения наиболее сложных вопросов, степени усвоения информации.

Тема 1: 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?

Тема 2. Сущность и особенности профессионального саморазвития

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие о профессиональном саморазвитии.
2. Теории профессионального развития в зарубежной психологии: психодинамическое направление, сценарная теория, концепция профессионального развития Д. Сьюпера, теория профессионального выбора и др.
3. Профессиональное саморазвитие как процесс изменения мотивационно-целевого, когнитивного, эмоционально-волевого, деятельностного, рефлексивного и результативного.
4. Профессиональное саморазвитие в сфере ГМУ.

Критерии и методика оценивания:

Студент излагает содержание вопроса изученной темы.

- Ответ считается зачетным, если студентом точно используется специализированная терминология, показано уверенное владение нормативной базой, допускается один-два недочета при освещении основного содержания ответа;

- Ответ считается не зачетным, если у студента нет общего понимания вопроса, имеются затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии.

Типовые темы для проведения лабораторных занятий

Интерактивное занятие к теме 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 к теме 2: Методики психологического изучения саморазвития и диагностики саморазвивающейся личности.

Занятие проходит в форме самоисследования студентов психодиагностических тестов на измерение различных проявлений.

Обрабатываются 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.

Критерии и методика оценивания:

- Ответ считается зачетным, если точно используется специализированная терминология, показано уверенное владение нормативной базой, допускается один-два недочета при освещении основного содержания ответа;

- Ответ считается не зачетным, если нет общего понимания вопроса, имеются затруднения или допущены ошибки в определении понятий, использовании терминологии.

Примерная тематика контрольных работ

Для магистрантов, обучающихся по заочной форме, необходимо выполнить контрольную работу для допуска к зачету. Она должна быть представлена в письменной

форме. Для этого магистрант знакомится с методическими указаниями по выполнению и выбирает тему контрольной работы. Работа оформляется в соответствии с Методическими указаниями по написанию и оформлению контрольных работ ИИГУ.

Вариант 1.

1. Проблема диагностических единиц при изучении саморазвития.
2. Проблема измерения проявлений саморазвития.

Вариант 2.

1. Различные подходы к решению проблемы диагностики саморазвития.
2. Диагностика саморазвивающейся личности и саморазвития как жизненной стратегии.

Вариант 3.

1. Психологические приемы активизации саморазвития; формирования мотивации к саморазвитию.
2. Технологии целеполагания в процессе саморазвития: локального и стратегического.

Вариант 4.

1. Приемы распознавания и преодоления психологических барьеров саморазвития личности.
2. Техники планирования саморазвития как стратегического способа проживания жизни.

Вариант 5.

1. Возможности психологической активизации, поддержки и сопровождения саморазвития личности.
2. Барьеры осуществления самоорганизации и саморазвития.

Защита контрольной работы

Проводится в форме устного опроса после выполнения работы.

Критерии и методика оценивания:

Критерии оценки	Распределение баллов
нет контрольной работы / существенные замечания и ошибки в ответе / имеются некоторые несущественные замечания и ошибки, точный ответ	Не допущен к зачету / доработка / зачтено (допущен к зачету)

Типовые тестовые задания

При изучении дисциплины используются тестовые задания закрытого типа. Каждое тестовое задание включает вопрос и 4 варианта ответов к нему. Тестирование выполняется в письменной форме.

Необходимо выбрать один ответ из предложенных вариантов.

I вариант

1. Какая из составляющая, согласно общепринятой в психологии точке зрения, не входит в понятие «компетентность»?

- A. знания и умения
- B. стаж работы
- B. навыки

Г. способы выполнения деятельности

2. К эмпирическим методам относят:

А. наблюдение и самонаблюдение

Б. структурный и генетический методы

В. наблюдение и самонаблюдение, экспериментальные и психодиагностические методы, анализ продуктов деятельности, биографические методы

Г. наблюдение и самонаблюдение, экспериментальные и психодиагностические методы, анализ, эксперимент

3. Необходимо соотнести понятия с характеристиками эмпирических методов

1. наблюдение

2. эксперимент

3. опрос

4. тестирование

А. способ сбора данных о чем – либо путем прямого восприятия за ним со стороны

Б. метод, при котором человек отвечает на ряд задаваемых ему вопросов

В. специализированный метод, при котором предполагается четкая процедура сбора и обработки первичных данных, а также своеобразие их последующей интерпретации

Г. метод, цель которого заключается в том, что в нем целенаправленно создается искусственная ситуация, в которой изучаемое свойство оценивается

4. Психологически познать человека:

А. получить информацию о его психологических особенностях

Б. понять внутреннее состояние

В. понять поступки и поведение в различных ситуациях

Г. все варианты ответа

5. Психическое здоровье предполагает:

А. адекватность личностных проявлений (реакций) окружающей среде, внешним воздействием

Б. критичность и возможность принимать нормы и правила социума

В. пластичность в отношении из меняющихся жизненных обстоятельств и способность выстраивания (планирования) перспективы будущего

Г. все вышеперечисленное

6. Состояние психического напряжения, обусловленное выполнением деятельности в особенно сложных условиях – это:

А. срыв

Б. депрессия

В. стресс

Г. нервное перенапряжение

7. Болезненное психологическое состояние, проявляющееся расстройствами на двух уровнях (психическом и физическом) обозначается как:

А. стресс

Б. перенапряжение

В. срыв

Г. депрессия

8. Чем вызваны самоубийства, по мнению П. А. Сорокина?

А. алкоголизмом и наркоманией

- Б. сумасшествием
- В. одиночеством, а также подражанием, заражением
- Г. генетической предрасположенностью

9. Под внезапно возникающими исключительными событиями в жизни общества, в результате которых внезапно погибает или травмируется большое количество людей, понимается:

- А. чрезвычайная ситуация
- Б. экстренная ситуация
- В. неординарная ситуация
- Г. чрезвычайное происшествие

10. Специальным групповым методом работы с психической травмой, позволяющим минимизировать последствия экстремальных ситуаций, называется:

- А. психологический дебрифинг
- Б. психологический ребефинг
- В. психологический мониторинг
- Г. психологический тренинг

Для магистрантов заочной формы обучения порог прохождения текущего тестирования – 60% правильных ответов.

- «Зачтено» выставляется студенту, если 15 ответов правильных;
- «Не зачтено» выставляется студенту, если 10 и более ответов неправильных.

Если обучающийся не преодолел установленный порог, то ему предоставляется еще одна попытка.

Критерии оценки тестовых заданий для очной и заочной форм обучения

Структура работы	Критерии оценки	Распределение баллов
Один вопрос теста (30 вопросов в варианте)	Неправильный ответ / Правильный ответ	0/0,5

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

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

Основная литература

1. Пырьев, Е. А. Психология труда : учебное пособие / Е. А. Пырьев. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 458 с. : ил., схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=436999>
2. Хинканина, А. Л. Психодиагностика : учебное пособие / А. Л. Хинканина ; Поволжский государственный технологический университет. – Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2016. – 80 с. : схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459524>

Дополнительная литература

1. Удалова, Т. Ю. Эмоциональная саморегуляция с использованием аутогенной тренировки : учебное пособие : [16+] / Т. Ю. Удалова ; Омский государственный педагогический

- университет. – Омск : ОмГПУ, 2019. – 70 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=616315>
2. Цибульникова, В. Е. Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии в общем образовании: учебное пособие (с практикумом) для студентов педагогических вузов / В. Е. Цибульникова, Е. А. Леванова ; под общ. ред. Е. А. Левановой ; учред. Московский педагогический государственный университет ; Факультет педагогики и психологии. – Москва : Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. – 148 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471794>

Периодические издания

1. Государственное и муниципальное управление. Учёные записки СКАГС.
2. Государственная власть и местное самоуправление.
3. Российская газета.

Официальные сайты

1. Сервер органов государственной власти РФ <http://www.gov.ru>.
2. Официальный Интернет-портал правовой информации Республики Башкортостан – <http://npa.bashkortostan.ru>.
3. Официальный сайт правительства РБ – <http://www.pravitelstvorb.ru>.
4. Портал государственных услуг – <http://www.gosuslugi.ru>.
5. ГАИС Управление - <https://gasu.gov.ru/>
6. Официальный сайт городского округа город Уфа – <http://ufacity.info>.

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины, включая профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Научная электронная библиотека eLibrary.ru - <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
2. Справочно-правовая система Консультант Плюс - <http://www.consultant.ru/>
3. Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн» – <https://biblioclub.ru/>
4. Электронная библиотечная система «ЭБ БашГУ» – <https://elib.bashedu.ru/>
5. Электронная библиотечная система издательства «Лань» – <https://e.lanbook.com/>
6. Электронный каталог Библиотеки БашГУ – <http://www.bashlib.ru/catalogi>.
7. Архивы научных журналов на платформе НЭИКОН (Cambridge University Press, SAGE Publications, Oxford University Press) - <https://archive.neicon.ru/xmlui/>
8. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» - <http://window.edu.ru>
9. Словари и энциклопедии On-Line- <http://www.dic.academic.ru>
10. Российская национальная библиотека <http://www.nlr.ru>
11. Российская государственная библиотека <http://www.rsl.ru>
12. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade Договор №104 от 17.06.2013 г. Лицензии бессрочные.
13. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Договор №114 от 12.11.2014 г. Лицензии бессрочные.
14. Система централизованного тестирования MOODLE
15. Zoom <https://zoom.us/>
16. Google Duo Highlights <https://duo.google.com/intl/ru/about/>
17. Skype
18. Google Meet
19. Power Point

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

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения Реквизиты подтверждающего документа
1	2	3
<p>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа: аудитория № 405 (гуманитарный корпус), аудитория № 516 (гуманитарный корпус), аудитория № 515 (гуманитарный корпус).</p> <p>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа: аудитория № 607 (гуманитарный корпус), аудитория № 608 (гуманитарный корпус), аудитория № 420 – компьютерный класс (гуманитарный корпус).</p> <p>3. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, аудитория № 621(гуманитарный корпус), аудитория 402 (гуманитарный корпус).</p> <p>4. учебная аудитория для текущего контроля и промежуточной аттестации: аудитория № 621(гуманитарный корпус), аудитория 402 (гуманитарный корпус).</p> <p>5. помещения для самостоятельной работы: аудитория № 345 (главный корпус), аудитория 613 (гуманитарный корпус).</p> <p>6. Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования кабинет № 523 (гуманитарный корпус)</p>	<p style="text-align: center;">Аудитория № 405</p> <p>Учебная мебель, доска, вокальные радиомикрофоны AKG WMS 40 – 2шт., Интер-ая система со встроенным короткофокусным проектором Promethean ActivBoard 387 RPO MOUNT EST -1 шт., Ком-ер встраиваемый в кафедру INTEL Core i3-4150/DDr3 4 Gb/HDD, Экран настенный Draper Luma AV(1:1) 96/96”244*244MV (XT1000E) -1 шт., Настольный интерактивный дисплей , ActivPanel 21S – 1 шт. , Матричный коммутатор сигналов интерфейса HDMI SMPRO 4H4H – 1 шт. , Мультимедиа-проектор Panasonic PT-EW640E - 1 шт., Двухполосный настенный громкоговоритель 20Вт/100В цвет белый(MASK4T-W)(белый) -6 шт., Петличный радиомикрофон AKG WMS45 – 1 шт. , Терминал видео конференц-связи LifeSize Icon 600 Camera 10x Phone 2nd Generation – 1 шт., Экран настенный Draper Luma AV(1:1) 96/96”244*244MV (XT1000E) -1 шт.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 515</p> <p>Учебная мебель, доска, терминал видео конференц-связи LifeSize Icon 600-камера, интер-ая система со встроенным короткофокусным проектором Promethean ActivBoard 387 RPO MOUNT EST, профессиональный LCD дисплей Flame 42ST, настольный интерактивный дисплей SMART Podium SP518 с ПО SMART Notebook, матричный коммутатор сигналов интерфейса HDMI SMPRO 4H4H, интер-ая напольная кафедра докладчика, ком-ер встраиваемый в кафедру INTEL Core i3-4150/DDr3 4 Gb/HDD 1TB/DVD-RW/Therm altake VL520B1N2E 220W/Win8Pro64, стол, трибуна, кресла секционные последующих рядов с попитром.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 516</p> <p>Учебная мебель, доска, кресла секционные последующих рядов с попитром, мобильное мультимедийное оборудование: проектор ASK Proxima, ноутбук HP, экран</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 607</p> <p>Учебная мебель, доска, мобильно емультимедийное оборудование.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 608</p> <p>Учебная мебель, доска, мобильно емультимедийное оборудование.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 420</p> <p>Учебная мебель, компьютеры -15 штук.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 621</p> <p>Учебная мебель, доска, мобильно емультимедийное оборудование.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 345</p> <p>Учебная мебель, доска, компьютеры – 11 штук, экран, проектор NEC V 230 X – 1 шт, ноутбук HP-</p>	<p>1. Windows 8 Russian Windows Professional 8 Russian Upgrade. Договор №104 от 17.06.2013 г. Лицензии бессрочные.</p> <p>2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Договор №114 от 12.11.2014 г. Лицензии бессрочные.</p>

	<p>1 шт.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 613</p> <p>Учебная мебель, доска, моноблок стационарный – 15 шт.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 402</p> <p>Учебная мебель, компьютеры в ком-те Монитор Samsung, сист. блок ASUS – 5 штук, стеллажи, шкаф стеллаж, шкаф карточный, шкаф, шкаф комбинированный.</p> <p style="text-align: center;">Аудитория № 523</p> <p>Шкаф-стеллаж – 4 шт., стол-1 шт., стул – 2 шт.</p>	
--	---	--

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ИСТОРИИ И ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
дисциплины Практикум по саморазвитию и психопрофилактике
на 2 семестр
очная форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	1 ЗЕТ / 36 часов
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	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	19,8
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта	-
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	-

Форма контроля: зачет 2 семестр

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ИНСТИТУТ ИСТОРИИ И ГОСУДАРСТВЕННОГО УПРАВЛЕНИЯ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
дисциплины Практикум по саморазвитию и психопрофилактике
на 4 семестр
заочная форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	1 ЗЕТ / 36 часов
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	6,2
лекций	-
практических/ семинарских	6
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	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	25,8
из них, предусмотренные на выполнение курсовой работы / курсового проекта	-
Учебных часов на подготовку к экзамену/зачету/дифференцированному зачету (Контроль)	-

Форма контроля: зачет 4 семестр

Для очной формы обучения

№	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)				Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР / Сем	ЛР	СР		
1	2	3	4	5	6	8	9
1.	Общая характеристика психопрофилактики и психокоррекции		4		5	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	практические задания, тест
2.	Методы психопрофилактики и психокоррекции		4		4	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	практические задания, дискуссия, тест
3.	Методические аспекты организации и проведения психопрофилактики и психокоррекции		4		5	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы, интернет-источников	практические задания, тест
4.	Авторские программы психопрофилактической и психокоррекционной работы		4		5,8	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы, интернет-источников	практические задания, дискуссия, тест
Всего часов		-	16	-	19,8		

для заочной формы обучения

№	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы,
---	-------------------	---	--	---

1	2	работа и трудоемкость (в часах)				8	компьютерные тесты и т.п.)
		ЛК	ПР / Сем	ЛР	СР		
3	4	5	6	9			
1.	Общая характеристика психопрофилактики и психокоррекции		2		6	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	практические задания, тест
2.	Методы психопрофилактики и психокоррекции		1		6	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы	практические задания, дискуссия, тест
3.	Методические аспекты организации и проведения психопрофилактики и психокоррекции		2		6	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы, интернет-источников	практические задания, тест
4.	Авторские программы психопрофилактической и психокоррекционной работы		1		7,8	Самостоятельное изучение рекомендуемой основной и дополнительной литературы, интернет-источников	практические задания, дискуссия, тест
	Всего часов	-	6	-	25,8		