

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

## **САМОРАЗВИТИЕ И САМОПОЗНАНИЕ**

Направление подготовки:

*44.03.02 Психолого-педагогическое образование*

направленность (профиль) образовательной программы

*Практическая психология в образовании*

Квалификация (степень) выпускника

*Бакалавр*

Красноярск, 2019

Рабочая программа дисциплины «Саморазвитие и самопознание» составлена доктором психологических наук, профессором кафедры социальной психологии Н.Т. Селезневой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры социальной психологии

протокол № 6 от «17» мая 2017 г.

Заведующий кафедрой



О.В. Груздева

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 4 от «17» мая 2017 г.

Председатель НМСН(С) ИППО



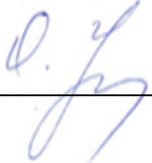
О.В. Груздева

Рабочая программа дисциплины «Саморазвитие и самопознание» составлена доктором психологических наук, профессором кафедры социальной психологии Н.Т. Селезневой

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры социальной психологии

протокол № 6 от «17» мая 2018 г.

Заведующий кафедрой



О.В. Груздева

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование «11» июня 2018 г. Протокол № 5

Председатель НМСН(С) ИППО



М.А. Кухар

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психологии  
протокол № 4 от «08» мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель

НМСН(С)

ИППО



Т.Г. Авдеева

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Рабочая программа дисциплины «Саморазвитие и самопознание» разработана в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. N 1457 (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 20.04.2016 N 444); Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональным стандартом Педагог-психолог (психолог в сфере образования), утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 N 514н; нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева по направленности (профилю) образовательной программы Практическая психология в образовании, заочной формы обучения в Институте психолого-педагогического образования КГПУ им. В.П. Астафьева с присвоением квалификации бакалавр.

Дисциплина Б1.В.06.01 «Саморазвитие и самопознание» относится к вариативной части учебного плана.

### **1.2. Общая трудоемкость дисциплины - в З.Е., часах**

Общая трудоемкость дисциплины включает в себя 108 часов (3 З.Е.), при этом 14 часов различные формы аудиторной работы с обучающимися и 90 часов самостоятельной работы обучающихся.

Дисциплина, согласно графику учебного процесса, реализуется на 2 курсе в 3 семестре. Форма контроля – зачет.

### **1.3. Цель и задачи дисциплины «Саморазвитие и самопознание»**

**Целью освоения дисциплины:** развитие процессов самопознания и саморазвития обучающихся.

**Задачи:**

1. Сформировать у обучающихся целостное представление о самопознании и саморазвитии, опираясь на понимание развития личности в философии культурологии, исторической антропологии.
2. Сформировать умения проводить диагностические исследования самопознания и саморазвития, анализировать результаты самообследования и применять их в личностном и профессиональном развитии.

#### 1.4. Основные разделы содержания

*Раздел № 1. Психология самопознания личности*

*Раздел № 2. Проблема саморазвития личности в психологии*

#### 1.5. Планируемые результаты обучения

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-7);
- способность к рефлексии способов и результатов своих

профессиональных действий (ПК-25).

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Код результата обучения
Сформировать у обучающихся целостное представление о самопознании и саморазвитии, опираясь на понимание развития личности в философии культурологии, исторической антропологии.	<b>Знать:</b> – основные теоретические подходы к проблеме самопознания и саморазвития, а также психологические характеристики процесса самопознания, способы самопознания, методы его развития.	ОК-7
	<b>Уметь:</b> – определять основные характеристики личности, обуславливающие развитие самопознания и условия, необходимые для развития самопознания и самосовершенствования личности.	

	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– системой знаний о предмете, основных категориях и характеристиках самопознания и саморазвития.</li> </ul>	
<p>Сформировать у обучающихся умения проводить диагностические исследования самопознания и саморазвития, анализировать результаты самообследования и применять их в личностном и профессиональном развитии.</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные теоретические подходы к проблеме места самопознания в профессиональном росте личности.</li> </ul>	ПК-25
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять диагностические методики и техники для исследования самопознания и саморазвития.</li> </ul>	
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основными приемами рефлексии своих профессиональных действий как следствием и основанием развития самопознания</li> </ul>	

## 1.6. Контроль результатов освоения дисциплины

1. В ходе изучения дисциплины используются такие методы текущего контроля успеваемости как составление конспекта; подготовка доклада, написание письменной работы; подготовка к тестированию, написание реферата, составление ментальных карт, написание эссе. Форма промежуточного контроля – зачет.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся».

Освоение дисциплины заканчивается зачетом.

## 1.7. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская система).

2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:

- а) Игровые технологии;
- б) Проблемное обучение;
- в) Технология проектного обучения (метод жизненных заданий);
- г) Интерактивные технологии (дискуссия, дебаты, проблемный семинар, тренинговые технологии);
- д) Рефлексивные методы обучения.



## 2.ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1.Технологическая карта обучения дисциплине «Саморазвитие и самопознание» для обучающихся основной профессиональной образовательной программы

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании  
**по заочной форме обучения**

Наименование модулей, разделов, тем	Всего часов	Аудиторных часов				Внеауди- торных часов	Формы Контроля
		Всего	Лекций	Семина ров	Лаборат Работ		
<b>Раздел № 1.Психология самопознания личности</b>							
Тема 1.Самопознание: общая характеристика, основные принципы исследования.	12	2	2	0	0	10	Конспект
Тема 2.Проблема самопознания в современной отечественной и зарубежной психологии.	12	2	0	2	0	10	Доклад
Тема 3.Самопознание в структуре самосознания. Влияние защитных механизмов личности на самопознание.	12	2	2	0	0	10	Письменная работа
Тема 4.Диагностика самопознания. Основные методы диагностического изучения самопознания.	12	2	0	2	0	10	Тестирование
<b>Раздел № 2.Проблема саморазвития личности в психологии</b>							
Тема 5.Становление категории «саморазвитие» личности. Взаимосвязь самопознания и саморазвития.	10	2	0	0	0	10	Письменная работа
Тема 6.Психологические механизмы, барьеры и этапы саморазвития. Индивидуальные факторы готовности личности к самопознанию и саморазвитию.	22	2	0	2	0	20	Реферат. Тестирование
Тема 7.Основные методы исследования саморазвития личности.	24	2	2	2	0	20	Составление ментальных карт. Эссе.
<b>Форма контроля</b>	<b>4</b>						<b>Зачет</b>
<b>Всего (3 З.Е.), часы</b>	<b>108</b>	<b>14</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	<b>90</b>	

## **2.1.Содержание основных разделов и тем дисциплины**

Дисциплина «Саморазвитие и самопознание» обеспечивает образовательные интересы личности бакалавра, обучающегося по данной ОПОП.

Дисциплина удовлетворяет требования заказчиков выпускников университета по данной ОПОП в их готовности к практической деятельности.

### ***Раздел № 1. Психология самопознания личности***

***Тема 1. Самопознание: общая характеристика, основные принципы исследования.*** Категория самопознания в философии и психологии. Психологический подход к проблеме самопознания. Самопознание как процесс и как продукт. Образы Я и их классификация.

***Тема 2. Проблема самопознания в современной отечественной и зарубежной психологии.*** Проблема самопознания в современной зарубежной психологии. Место самопознания в структуре самосознания личности, уровни развития самопознания в концепциях Рубинштейна, В.В. Столина, И.И. Чесноковой, И.С. Кона.

***Тема 3. Самопознание в структуре самосознания. Влияние защитных механизмов личности на самопознание.*** Влияние защитных механизмов личности на самопознание. Самопознание на разных уровнях развития самосознания.

***Тема 4. Диагностика самопознания. Основные методы диагностического изучения самопознания.*** Рефлексия как высший уровень самопознания личности. Диагностика самопознания. Основные методы диагностического изучения самопознания.

### ***Раздел № 2. Проблема саморазвития личности в психологии***

***Тема 5. Становление категории «саморазвитие» личности. Взаимосвязь самопознания и саморазвития.*** Самопознание как начальное звено саморазвития. Характеристика и признаки саморазвития.

***Тема 6. Психологические механизмы, барьеры и этапы***

*саморазвития. Индивидуальные факторы готовности личности к самопознанию и саморазвитию.* Самопознание и самореализация личности во взаимодействии с другими людьми и в деятельности. Особенности саморазвития педагога.

**Тема 7. Основные методы исследования саморазвития личности.**  
Основные задачи и методы исследования саморазвития личности.

**2.3 . Методические рекомендации по освоению дисциплины  
«Саморазвитие и самопознание»  
для обучающихся основной профессиональной образовательной  
программы**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы  
Практическая психология в образовании

Для успешного освоения курса важно в начале его освоения выделить основные требования, задачи и роль психологических знаний в осуществлении педагогической деятельности и организации процесса обучения технологии, создании условий для повышения психологической грамотности, психологической культуры обучающихся.

Изучение каждого раздела начинается с лекционного занятия, целью которого является общая ориентировка в осваиваемом содержании. Лекционное занятие способствует выстраиванию системного видения рассматриваемой проблемы, ориентации в существующих проблемах, авторских позициях и текстах для самостоятельной проработки. В современных условиях имеется достаточное количество источников информации, позволяющих обучающимся самостоятельно работать с изучаемым теоретическим содержанием.

Самостоятельная работа является неотъемлемой и важнейшей частью работы бакалавров, которая основана на более подробной проработке и анализе материалов, основных вопросов дисциплины.

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, ответственности и организованности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Самостоятельная работа обучающихся способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Этапы самостоятельной работы:

- осознание учебной задачи, которая решается с помощью данной самостоятельной работы;
- ознакомление с инструкцией о её выполнении;
- осуществление процесса выполнения работы;
- самоанализ, самоконтроль;
- проверка работ студента, выделение и разбор типичных преимуществ и ошибок.

Качественное и глубокое усвоение содержания учебной дисциплины требует изучения материала не только по учебникам и учебным пособиям, но и использование дополнительной литературы:

- изучение ключевых монографий зарубежных и отечественных психологов и педагогов;
- ведение подборки теоретических и научно-методических материалов,

конспектов статей, опубликованных в журналах по психологии по основным проблемам психологии;

- подборка, анализ примеров;

- систематическую работу по выполнению индивидуально-ориентированного плана изучения дисциплины, не оставляя его реализацию на самый последний момент перед собеседованием с преподавателем.

Поиск ответов на вопросы для самостоятельной работы в некоторых случаях предполагает не только изучение основной и дополнительной литературы, но и привлечение дополнительной литературы по смежным дисциплинам, а также использование ресурсов сети Интернет, информационно-справочных изданий. Задания для самостоятельной работы готовятся внеаудиторной работы, являются ресурсом для работы на практических занятиях, а также при выполнении заданий.

Контроль результатов самостоятельной работы обучающихся может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу обучающихся по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

Самостоятельная работа тесно связана с контролем (контроль также рассматривается как завершающий этап выполнения самостоятельной работы), при выборе вида и формы самостоятельной работы следует учитывать форму контроля.

Формы контроля при изучении дисциплины «Саморазвитие и самопознание»:

1. Конспект;
2. Доклад;
3. Письменная работа;
4. Тестирование;
5. Реферат;
6. Составление ментальных карт;
7. Эссе;

## 8. Зачет.

### *Методические рекомендации по составлению конспекта:*

**Конспект** – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

6. В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля. Овладение навыками конспектирования требует от обучающегося целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

### *Методические рекомендации по подготовке доклада*

**Доклад** – вид самостоятельной работы, используется в учебной и внеучебной деятельности, способствует формированию навыков исследова-

тельской работы, расширяет познавательные интересы, приучает к научному мышлению.

При подготовке доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, важно систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения. К докладу по крупной теме могут привлекаться несколько обучающихся, между которыми распределяются вопросы выступления. Структура любого доклада может быть представлена следующим образом: постановка проблемы; систематизированное изложение основных результатов ее изучения (направления исследований, основные положения теорий, основные научные результаты (достижения) в изучении феноменов, процессов, явлений в рамках излагаемой проблемы, спорные или неизученные аспекты); выводы и обобщение (резюме).

Устные выступления – это то, чему надо обязательно учиться. Лишь очень немногие из нас являются ораторами от природы и, предоставленные сами себе, мы вносим в наши выступления путаницу, ненужные подробности, и, в конце концов, скуку. Этого можно избежать, если следовать нескольким простым правилам и приемам.

Не надо жалеть времени на подготовку устных выступлений: ваша будущая карьера может зависеть от того, как вы умеете выступать и представлять свои результаты. Хорошая работа достойна того, чтобы ее хорошо доложить.

Главная цель любого доклада – донести до слушателей то, что вы хотите им сказать. (Возможны, конечно, и другие цели, но мы будем исходить только из этой.) Это означает, что вы должны завладеть вниманием аудитории и не отпугнуть слушателей ни избытком скучных подробностей, ни особенностями технического представления доклада.

### ***Методические рекомендации по написанию письменной работы***

***Письменная работа*** – вид самостоятельной работы, используется в учебной и внеучебной деятельности, способствует формированию навыков

исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает к научному мышлению.

Структурными элементами сообщения являются: титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение, библиографический список. *Содержание* должно включать перечень основных структурных элементов сообщения. Во *Введении* четко формулируется цель выполнения сообщения и *средства* достижения ее, актуальность и социальную значимость темы. *Основная часть* – главный содержательный раздел, разбитый на подразделы и пункты в соответствии с составленным планом. *Заключение* содержит обобщающие выводы по теме и личные оценки автора. *Библиографический список* использованных источников должен содержать перечень источников, использованных при выполнении сообщения. Источники следует располагать по алфавиту.

#### *Порядок представления и защиты письменного сообщения*

Рекомендуемый план защиты доклада:

Название темы.

Краткое изложение наиболее интересной информации по теме.

Способы и результаты поиска информации для выполнения сообщения.

Анализ трудностей, с которыми встретились при выполнении работы.

Ваше личное отношение к выполненной работе.

Главная цель любого сообщения – донести до слушателей то, что вы хотите им сказать. (Возможны, конечно, и другие цели, но мы будем исходить только из этой.) Это означает, что вы должны завладеть вниманием аудитории и не отпугнуть слушателей ни избытком скучных подробностей, ни особенностями технического представления доклада.

#### ***Методические рекомендации по подготовке к тестированию***

***Тестирование*** - метод психологической деятельности, использующий стандартизированные задачи и вопросы - тесты, имеющие определенную шкалу значений. Применяются для стандартизированного измерения индивидуальных различий. Позволяют с известной вероятностью определить акту-



альный уровень развития у обучающегося необходимых навыков, знаний, личностных характеристик и т.п.

### ***Методические рекомендации по написанию реферата***

**Реферат** (от лат. referre — докладывать, сообщать) — краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Реферат отвечает на вопрос — что содержится в данной публикации (публикациях). Однако реферат — не механический пересказ работы, а изложение ее сущности.

Помимо реферирования прочитанной литературы, от обучающегося требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу.

Структура реферата:

1. Титульный лист. После титульного листа на отдельной странице следует оглавление (план, содержание), в котором указаны названия всех разделов (пунктов плана) реферата и номера страниц, указывающие начало этих разделов в тексте реферата.

2. После оглавления следует введение. Объем введения составляет 1,5 - 2 страницы.

3. Основная часть реферата может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов) и предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе. В тексте обязательны ссылки на первоисточники. В том случае если цитируется или используется чья-либо неординарная мысль, идея, вывод, приводится какой-либо цифрой материал, таблицу - обязательно сделайте ссылку на того автора, у кого вы взяли данный материал.

4. Заключение содержит главные выводы, и итоги из текста основной части, в нем отмечается, как выполнены задачи и достигнуты ли цели, сформулированные во введении.

5. Библиография (список литературы) - здесь указывается реально использованная для написания реферата литература. Список составляется согласно правилам библиографического описания.

#### Этапы работы над рефератом

Работу над рефератом можно условно подразделить на два этапа:

1. Подготовительный этап, включающий изучение предмета исследования;
2. Изложение результатов изучения в виде связного текста.

Подготовительный этап включает выбор темы реферата, поиск источников и работу с источниками. Подготовительная работа над рефератом начинается с выбора темы – темы предлагаются преподавателем. Тема в концентрированном виде выражает содержание будущего текста, фиксируя как предмет исследования, так и его ожидаемый результат. Предложенные темы содержат в себе проблему, скрытый вопрос (даже если наука уже давно дала ответ на этот вопрос, студент, только знакомящийся с соответствующей областью знаний, будет вынужден искать ответ заново, что даст толчок к развитию проблемного, исследовательского мышления). Сформулированная тема зафиксировала предмет изучения; задача студента — найти информацию, относящуюся к данному предмету и разрешить поставленную проблему. Выполнение этой задачи начинается с поиска источников. Список источников предлагается преподавателем, однако нужно искать дополнительные источники в библиотеке и Интернете. Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения. Затем вторично, более вдумчиво прочитать текст, выделяя: 1) главное в тексте; 2) основные аргументы; 3) выводы. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет.

Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер, и уловить скрытые вопросы.

Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу.

Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции — это сравнительное чтение, в ходе которого студент знакомится с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравнивает весомость и доказательность аргументов сторон и делает вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции.

Подготовительный этап работы завершается созданием конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Для этого в изучаемой работе (книге, монографии) нужно: 1) увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли; 2) выявить «ключевые» мысли, т.е. основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста. По завершении предварительного этапа можно переходить непосредственно к созданию текста реферата.

Изложение результатов изучения в виде связного текста. При создании текста необходимо соблюдать следующие требования. Текст реферата должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью. Раскрытие темы предполагает, что в тексте реферата излагается относящийся к теме материал и предлагаются пути решения содержащейся в теме проблемы; связность текста предполагает смысловую соотносительность отдельных компонентов, а цельность - смысловую законченность текста. Изложение материала в тексте должно подчиняться определенному плану, позволяющему контролировать порядок расположения частей текста. Универсальный план научного текста,

помимо формулировки темы, предполагает наличие введения, основного текста и заключения.

Во введении аргументируется актуальность исследования, - т.е. выявляется практическое и теоретическое значение данного исследования. Далее констатируется, что сделано в данной области предшественниками; перечисляются положения, которые должны быть обоснованы. Введение может также содержать обзор источников, уточнение исходных понятий и терминов, сведения о методах исследования. Во введении обязательно формулируются цель и задачи реферата. Объем введения - в среднем около 10% от общего объема реферата.

Основная часть реферата раскрывает содержание темы. Она наиболее значительна по объему, наиболее значима и ответственна. В ней обосновываются основные тезисы реферата, приводятся развернутые аргументы, предполагаются гипотезы, касающиеся существа обсуждаемого вопроса. Важно проследить, чтобы основная часть не имела форму монолога. Аргументируя собственную позицию, можно и должно анализировать и оценивать позиции различных исследователей, с чем-то соглашаться, чему-то возражать, кого-то опровергать. Установка на диалог позволит избежать некритического заимствования материала из чужих трудов - компиляции. Изложение материала основной части подчиняется собственному плану, что отражается в разделении текста на главы, параграфы, пункты. План основной части может быть составлен с использованием различных методов группировки материала: классификации (эмпирические исследования), типологии (теоретические исследования), периодизации (исторические исследования).

Заключение — последняя часть научного текста. В ней краткой и сжатой форме излагаются полученные результаты, представляющие собой ответ на главный вопрос исследования. Здесь же могут намечаться и дальнейшие перспективы развития темы. Небольшое по объему сообщение также не может обойтись без заключительной части - пусть это будут две-три фразы. Но в них должен подводиться итог проделанной работы.

Реферат любого уровня сложности обязательно сопровождается списком используемой литературы. Названия книг в списке располагают по алфавиту с указанием выходных данных использованных книг.

При написании реферата следует избегать типичных ошибок, например, таких:

- поверхностное изложение основных теоретических вопросов выбранной темы, когда автор не понимает, какие проблемы в тексте являются главными, а какие второстепенными,
- в некоторых случаях проблемы, рассматриваемые в разделах, не раскрывают основных аспектов выбранной для реферата темы,
- дословное переписывание книг, статей, заимствования рефератов из интернета.

### ***Методические рекомендации по составлению ментальной карты***

**«Ментальные карты»** – информация, изображаемая в графическом виде на большом листе бумаги. Она отражает связи (смысловые, причинно-следственные, ассоциативные и т.д.) между понятиями, частями и составляющими рассматриваемой области.

*Как нарисовать ментальную карту: инструкция.*

Возьмите лист бумаги и напишите в центре одним словом главную тему, которой посвящена карта. Заключите ее в замкнутый контур.

От центральной темы рисуйте ветви и располагайте на них ключевые слова, которые с ней связаны.

Продолжайте расширять карту, добавляя к уже нарисованным ветвям подветви с ключевыми словами, пока тема не будет исчерпана.

*Правила работы с ментальными картами.*

Техника кажется интуитивно понятной, однако приведенные ниже правила помогают существенно повысить ее эффективность.

Пишите *одно* слово на одной ветви. Такой подход значительно экономит время и место и способствует лучшей читаемости карты. Это сначала кажется непривычным, — у вас может возникнуть опасение, что вы забудете остальные слова. На самом деле не забудете, если выберете в

качестве ключевых слов наиболее характерные, яркие, запоминаемые, «цепляющие» слова.

Располагайте лист горизонтально — такую карту будет удобнее читать.

Пишите ключевые слова печатными буквами, черным цветом, как можно яснее и четче.

Ключевые слова размещайте прямо на линиях, отображающих их взаимосвязь. Не заключайте их в какие-либо рамки. Пишите на каждой линии только одно ключевое слово.

Длина линии должна быть равна длине слова — не делайте линии длиннее слов. Не прерывайте линий.

Используйте разные цвета для основных ветвей, чтобы они не сливались визуально.

Варьируйте размер букв в надписях и толщину ветвей в зависимости от степени удаленности от главной темы.

Располагайте ветви равномерно — не оставляйте пустого места и не размещать ветви слишком плотно.

Используйте рисунки и символы (как минимум — для центральной темы, лучше — для всех основных ветвей).

Если вы рисуете сложную карту, есть смысл вначале набросать мини-карту с основными ветвями, чтобы определить структуру будущей карты, поскольку выбор основных ветвей влияет на организацию и читаемость карты.

### ***Методические рекомендации по написанию эссе:***

**Эссе** – творческая работа, позволяющая оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.

Цель эссе состоит в развитии таких навыков, как самостоятельное творческое мышление и письменное изложение собственных мыслей.

Эссе включает в себя следующие элементы:

1. Введение. В нем формулируется актуальность, раскрывается расхождение мнений, обосновывается структура рассмотрения темы, осуществляется переход к основному суждению.

2. Основная часть. Включает в себя:

- формулировку суждений и аргументов, которые выдвигает автор, обычно, два-три аргумента;

- доказательства, факты и примеры в поддержку авторской позиции;

- анализ контраргументов и противоположных суждений, при этом необходимо показать их слабые стороны.

3. Заключение. Повторяются основные аргументы в защиту основного суждения, дается общее заключение о полезности данного утверждения.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины

##### «Саморазвитие и самопознание»

Наименование Дисциплины	Направление подготовки и уровень образования. Название программы/направленности (профиля) образовательной программы	Количество зачетных единиц	
Саморазвитие и самопознание	Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование / Бакалавриат направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании	3	
<b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>			
<b>Предшествующие:</b> командообразование и тайм-менеджмент, основы эффективной коммуникации			
<b>Последующие:</b> самоопределение и профессиональная ориентация обучающихся, технологии психологического просвещения, основы тренинговой работы			
<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
	Форма работы	Количество баллов 40%	
		Min	Max
Текущая работа	Доклад	5	8
	Составление ментальных карт	10	12
	Письменная работа	5	10
	Эссе	5	10
	Конспект	5	10
	Реферат	14	20
	Тестирование	6	10
<b>Итого</b>		<b>50</b>	<b>80</b>
<b>ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
	Форма работы	Количество баллов 20%	
		Min	Max
	Зачет	<b>10</b>	<b>20</b>
<b>Итого</b>		<b>10</b>	<b>20</b>
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		Min	Max
	Участие в конференциях	<b>0</b>	<b>10</b>
	Научная публикация	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>20</b>
<b>Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)</b>		<b>min</b>	<b>Max</b>
		<b>60</b>	<b>100</b>
<b>Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:</b>			
Общее количество набранных баллов		Академическая оценка	
0–59		Незачтено	
60–100		Зачтено	



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»

Институт психолого-педагогического образования  
Кафедра-разработчик - кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНО

на заседании кафедры психологии протокол  
№ 4 от «08» мая 2019 г.  
Заведующий кафедрой  
Дубовик



ОДОБРЕНО

на заседании научно-методического  
совета ИППО протокол № 5 от «15» мая 2019 г.  
Е.Ю. председатель НМСН(С) ИППО Т.Г. Авдеева



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся по дисциплине «Саморазвитие и самопознание»

Направление подготовки:

*44.03.02 Психолого-педагогическое образование*

направленность (профиль) образовательной программы  
*Практическая психология в образовании*

Квалификация (степень) выпускника

*Бакалавр*

Составитель: Н.Т. Селезнева

## ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ НА ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представленный фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования и профессиональному стандарту Педагог-психолог (психолог в сфере образования).

Предлагаемые формы и средства аттестации адекватны целям и задачам реализации основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании.

Оценочные средства и критерии оценивания представлены в полном объеме. Формы оценочных средств, включенных в представленный фонд, отвечают основным принципам формирования ФОС, установленных в Положении о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре - в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (и) от 28.04.2018.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к использованию в процессе подготовки по указанной направленности (профиля) образовательной программы.

Директор  
МАУ «Центр психолого-педагогической,

**медицинской и социальной помощи «Эго»**



Д.В. Юрков

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

**1.1 Целью** создания ФОС дисциплины «Саморазвитие и самопознание» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

**1.2** ФОС по дисциплине решает **задачи**:

- контроль и управление процессом приобретения обучающимися необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общекультурных общепрофессиональных и профессиональных компетенций выпускников;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

**1.3** ФОС разработан на основании **нормативных документов**:

- ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 г. N 1457 (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 20.04.2016 N 444);

- федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

- профессиональным стандартом Педагог-психолог (психолог в сфере образования), утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 N 514н;

- нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева по направленности (профилю) образовательной программы Практическая психология в образовании, заочной

формы обучения Института психолого-педагогического образования КГПУ им. В.П. Астафьева с присвоением квалификации бакалавр;

положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре – в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

## **2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины**

### **2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию;

ПК-25 - способность к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий. ре -

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМ	
			Номер	Форма
ОК-7 - способность к само-организации и самообразованию	Общая психология Организация психолого-педагогического исследования Технологии сопровождения личностного и профессионального развития	Текущий контроль успеваемости	3	Письменная работа
			1	Конспект
			4	Тестирование
			5	Реферат
			6	Составление ментальных карт
			7	Эссе
			2	Доклад
			8	Зачет
ПК-25 - способность к рефлексии способов и результатов своих профессиональных действий	Общая психология Основы учебной деятельности студента Психология личности и индивидуальности Социальная психология Основы психологического сопровождения в образовании Арттехнологии в работе психолога Производственная практика Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	Текущий контроль успеваемости	3	Письменная работа
			1	Конспект
			4	Тестирование
			5	Реферат

	Преддипломная практика Педагогическая практика интерна	Промежуточная аттестация	6	Составление ментальных карт
			7	Эссе
			2	Доклад
			8	Зачет

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: **зачет**.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство **зачет**.

Критерии оценивания по оценочному средству **8 – зачет**

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 балла)* удовлетворительно/зачтено
ОК-7	Использует основные теоретические подходы к проблеме самопознания и саморазвития; психологические характеристики процесса самопознания, способы самопознания, методы его развития.	Определяет основные характеристики обуславливающие развитие самопознания; определяет условия, необходимые для развития самопознания и самосовершенствования личности	Владеет системой знаний о предмете, и характеристиках самопознания и саморазвития.

<b>ПК-25</b>	Способен анализировать и давать оценку способов и результатов в учебно-профессиональной деятельности и прогнозировать способы осуществления предстоящей профессиональной деятельности	Способен давать анализ и оценку способов и результатов в учебно-профессиональной деятельности	Способен давать оценку опыта профессиональной деятельности.
--------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### **4. Фонд оценочных средств для текущего контроля**

**4.1. Фонды оценочных средств включают:** написание конспекта, подготовка доклада, написание письменной работы, тестирование, написание реферата, составление ментальных карт, написание эссе. Форма промежуточного контроля – зачет.

#### **4.2. Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга рабочей программы дисциплины**

##### **4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 1 - конспект**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соблюдается логичность, последовательность изложения материала, качественное внешнее оформление	5
Конспектирование материала из дополнительных литературных источников	5
Максимальный балл	10

##### **4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – доклад**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Полнота, последовательность и структурированность изложения вопроса	1
Аналитический подход к рассмотрению вопроса	2
Привлечение доказательной базы (статистики, исследований)	1
Аргументированность собственной точки зрения	2
Ответы на дополнительные вопросы	2
Максимальный балл	8

##### **4.2.3 Критерии оценивания по оценочному средству 3-письменной работе**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Ответ полный, обучающийся опирается на теоретические знания из педагогики и психологии	3
Аргументирует свою точку зрения	3
Ответ самостоятельный. Обучающийся предлагает несколько вариантов решений	4
Максимальный балл	10



#### **4.2.4 Критерии оценивания по оценочному средству 4 – тестирование**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Правильный ответ на каждый вопрос оценивается	2
	2
	2
	2
	2
Максимальный балл	10

#### **4.2.5 Критерии оценивания по оценочному средству 5 – реферат**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Новизна текста	5
Степень раскрытия сущности вопроса	5
Обоснованность выбора источников	5
Соблюдение требований к оформлению	5
Максимальный балл	20

#### **4.2.6. Критерии оценивания оценочного средства 6 - составлению ментальных карт**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Ясность представления проблемы	4
Углубленность описания проблемы	2
Использование цвета, изображений, шрифтов	2
Использование пространства листа	2
Иерархичность карты	2
Максимальный балл	12

#### **4.2.7 Критерии оценивания по оценочному средству 7 – эссе**

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Степень оригинальности	2
Соответствие эссе выбранной теме	1
Личностный характер восприятия проблемы и ее осмысление (эссе должно содержать личное мнение автора по проблеме)	2
Аргументация своей точки зрения с опорой на факты	2

общественной жизни и личный социальный опыт	
Внутреннее смысловое единство, согласованность ключевых тезисов и утверждений, непротиворечивость личностных суждений	2
Эссе должно быть изложено простым, общедоступным языком с соблюдением языковых норм	1
Максимальный балл	10

## **5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)**

### **5.1. Типовые задания по дисциплине «Саморазвитие и самопознание»**

#### **5.1.1. Составление конспекта**

Примерный перечень по разделу № 1. *Психология самопознания личности*

1. Самопознание: общая характеристика, основные принципы исследования.

2. Проблема самопознания в современной отечественной и зарубежной психологии.

3. Самопознание в структуре самосознания. Влияние защитных механизмов личности на самопознание.

4. Диагностика самопознания. Основные методы диагностического изучения самопознания.

Примерный перечень по разделу № 2. *Проблема саморазвития личности в психологии*

1. Становление категории «саморазвитие» личности. Взаимосвязь самопознания и саморазвития.

2. Психологические механизмы, барьеры и этапы саморазвития. Индивидуальные факторы готовности личности к самопознанию и саморазвитию.

3. Основные методы исследования саморазвития личности.

### **5.1.2. Подготовка доклада на темы:**

1. Саморазвитие и самоактуализация.
2. Самопознание и саморазвитие как факторы развития профессиональной деятельности.
3. Методы изучения самопознания и саморазвития.
4. Методики (техники) изучения самопознания и саморазвития.
5. Методы развития самопознания и саморазвития (индивидуальные, групповые).

### **5.1.3. Типовые задания к письменной работе:**

- 1). Дайте общую характеристику самопознания: понятие самопознания, значение самопознания в жизни человека, сферы и области самопознания.
- 2). Приведите примеры из художественной литературы, иллюстрирующие механизмы самопознания.
- 3). Охарактеризуйте понятие о рефлексии и ее роли в развитии самопознания.
- 4). Письменно дайте характеристики и признаки саморазвития.
- 5). Письменно приведите примеры барьеров саморазвития, их проявления в нашей жизни.

### **5.1.4. Типовые тестовые задания:**

1. Выберите правильные ответы: Средство овладения собственным опытом, глубинными переживаниями, в результате которого человек обретает способность к личностному росту и самосовершенствованию:

- а) самопознание;
- б) самоотношение;
- в) идентификация;
- г) сознание.

2. Психолог, выделивший в качестве познаваемых элементов в сознании человека физическую личность, социальную личность и духовную личность:

- а) У. Джемс;
- б) А. Маслоу;
- в) Ф. Перлз;
- г) В.В. Столин.

3. Установите соответствие между утверждением психолога в левом столбце и именем этого психолога в правом столбце.

<b>Психологические школы, направления</b>	<b>Представители</b>
1. Психолог, который считал, что самоактуализация – главный источник развития личности	а) А. Адлер
2. Психолог, который считал, что задача самопознания заключена в открытии тех сторон личности, которые ушли в область так называемой Тени.	б) А. Маслоу
3. Психолог, который считал, что суть самопознания заключена в осознании вытесненного в бессознательное.	в) К. Юнг
4. Психолог, который считал, что смысл самопознания заключен в познании человеком своей истинной жизненной цели, которая скрыта за ложными целями, побуждающими его к превосходству над другими, к власти и т. п.	г) З. Фрейд

4. Дайте определение: самопознание – это ...

5. Вставьте пропущенное слово: Главный механизм \_\_\_\_\_ - это рефлексия.

### 5.1.5. Написание реферата

Примерные темы докладов:

1. Формы саморазвития: самоутверждение, самосовершенствование, самоактуализация.
2. Связь саморазвития человека с его деятельностью и отношениями.
3. Роль мотивации, интересов и интеллекта в саморазвитии личности.
4. Роль «Я»-концепции в профессиональном становлении педагога.
5. Помощь детям в процессе саморазвития их личности.
6. Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания.
7. Самопринятие и самопрогнозирование как механизмы саморазвития.
8. Типичные трудности самопознания и саморазвития.
9. Самовоспитание как средство саморазвития.
10. Педагогические технологии, ориентированные на самопознание и саморазвитие личности.

### **5.1.6. Типовые задания к созданию ментальных карт:**

#### Задание 1.

Раскройте посредством ментальной карты сущность понятий: «сознание», «самосознание», «Я-концепция», «самопознание» (понятие, цель, задачи, виды, формы и т.п.)

#### Задание 2.

Составьте ментальную карту «Характеристика «самопознание» и «саморазвитие»».

Инструкция:

1. Используйте альбомную ориентацию листа форматом А4.
2. Начните ментальную карту символом, знаком, рисунком в центре листа.
3. Присоедините основные темы к центральному изображению.
4. Напечатайте (напишите) одиночные ключевые слова на соединительных линиях.
5. Используйте образы, рисунки, символы и коды.
6. Сегментируйте основные темы, рисуя вокруг них ограничивающие линии.
7. Используйте индивидуализированные коды и общеизвестные аббревиатуры.

### **5.1.7. Темы Эссе**

Примерные темы:

1. Самопознание в моей жизни.
2. Мое предназначение.
3. Проблема познания и самопознания.
4. Саморазвиваться или плыть по течению.
5. Самообразование и его роль в жизни.
6. В чем проявляется активная жизненная позиция и максимальная самореализация человека.

## **5.2. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

5.2.1. Ориентировочные вопросы к зачету по дисциплине «Самопознание и саморазвитие»:

1. Раскройте цели и задачи изучения самопознания.
2. Опишите проблему самопознания в философской традиции от античности до наших дней.
3. Раскройте соотношение сознание и самосознание. Определите характеристики познания и самопознания.
4. Определите самопознание как процесс и как продукт.
5. Раскройте сущность понятия Я-концепция.
6. Определите различие самоотношение и самооценки. Определите взаимосвязь самооценки и самопознания.
7. Определите самопознание и механизмы защиты личности.
8. Выделите уровни развития самопознания.
9. Раскройте самопознание на рефлексивном уровне развития самосознания.
10. Опишите проблему саморазвития в истории психологии.
11. Раскройте сущность саморазвития и рефлексии.
12. Рассмотрите самопознание и саморазвитие в онтогенезе.
13. Охарактеризуйте психоанализ как проблему самопознания и саморазвития.
14. Раскройте сущность самопознания и саморазвития в отечественной психологии.
15. Раскройте сущность самопознания и саморазвития в гуманистической психологии.

### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по дисциплине

#### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и научно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами.
2. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
3. Обновлена карта материально-технической базы дисциплины.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «08» мая 2019 г., протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой



Е.Ю. Дубовик

Одобрено научно-методическим советом ИППО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование протокол № 5 от «15» мая 2019 г.

Председатель

НМСН(С)

ИППО



Т.Г. Авдеева

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год:

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации» от 28.04.2018 № 297 (п)

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры психологии «08» мая 2018 г., протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой

Е.Ю. Дубовик



Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) ИППО

протокол № 5 от «11» июня 2018 г.

Председатель НМСС (Н)

М.А. Кухар





## **Лист внесения изменений**

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный  
год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

## 4. УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ

### 4.1. КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

#### «Саморазвитие и самопознание»

для обучающихся основной профессиональной образовательной программы

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы Практическая психология в образовании  
по заочной форме обучения

Наименование	Местохранения/ Электронный адрес	Количествоэкземпляров/ Точек доступа
<b>Основная литература</b>		
Вачков И.В. Введение в профессию "Психолог" [Текст] : учебное пособие / И. В. Вачков, И. Б. Гриншпун, Н. С. Пряжников ; ред. И. Б. Гриншпун. - 5-е изд. стер. - М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : МОДЭК, 2007. - 464 с.	Научная библиотека КГПУ им В.П. Астафьева	82
Деркунская В. А. Личностно-профессиональное самопознание студента педагогического вуза [Текст] : психолого-педагогический практикум / В. А. Деркунская. - М. : Центр педагогического образования, 2007. - 128 с.	Научная библиотека КГПУ им В.П. Астафьева	46
Минюрова, Светлана Алигарьевна. Психология самопознания и саморазвития [Электронный ресурс] : учебник / С. А. Минюрова ; Уральский гос. пед. ун-т, Ин-т психологии, Каф. общ. психологии. - Екатеринбург : УрГПУ, 2013. - 316 с. : табл. - Библиогр.: с. 312-315. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5355/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5355/read.php</a> .	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный Неограниченный доступ
Колмогорова, Лилия Александровна. Саморазвитие личности [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. С. Колмогорова ; [науч. ред. О. А. Брылева] ; Барнаульский гос. пед. ун-т. - Барнаул : [б. и.], 2008. - 60 с. - Библиогр.: с. 60. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/3303/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/3303/read.php</a> .	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный Неограниченный доступ
<b>Дополнительная литература</b>		

Гуревич, П.С. Психология личности : учебное пособие / П.С. Гуревич. - Москва :Юнити-Дана, 2015. - 559 с. - (Актуальная психология). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-01588-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118128">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118128</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Останкина, Е. Основы психической саморегуляции : учебное пособие / Е. Останкина ; науч. ред. В.Г. Маралов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Череповецкий государственный университет», Факультет биологии и здоровья человека. - Череповец : Издательство ЧГУ, 2013. - 126 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-85341-478-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=434835">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=434835</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
Волкова, Т.Г. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции : методические материалы к курсу / Т.Г. Волкова ; сост. И.А. Мананникова. - Москва :Директ-Медиа, 2013. - 62 с. - ISBN 978-5-4458-2241-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137240">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137240</a>	Научная библиотека КГПУ им В.П. Астафьева	Индивидуальный неограниченный доступ
Психолого-педагогический практикум: практикум по психологии личности и самопознанию [Текст] : учебная программа дисциплины специализации для студ. ИППУО КГПУ им В.П. Астафьева, обуч. по спец. "Педагогика и психология" / Сост. М.А. Снесарь , А.И. Шелехов. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2006. - 52 с.	Научная библиотека КГПУ им В.П. Астафьева	12
<b>Ресурсы сети Интернет</b>		
Российское образование [Электронный ресурс] : Федеральный портал.	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>	Свободный доступ
Министерство образования и науки Российской Федерации [Электронный ресурс]	<a href="https://минобрнауки.рф">https://минобрнауки.рф</a>	Свободный доступ
Учительская газета [Электронный ресурс]	<a href="http://www.ug.ru/">http://www.ug.ru/</a>	Свободный доступ
Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]	<a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>	Свободный доступ



## Карта материально-технической базы дисциплины

### «Саморазвитие и самопознание»

для обучающихся образовательной программы

направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,

направленность (профиль) Практическая психология в образовании

**по заочной форме обучения**

Номер аудитории/помещения 660017, Красноярский край, г. Красноярск, ул. К. Маркса, зд. 100, (Корпус № 3)	Оборудование (наглядные пособия, макеты, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	
1-04	- Учебная доска -1 шт., стол для инвалида-колясочника -1 шт. - Программного обеспечения – нет
1-06	- Учебная доска-1шт., проектор-1шт., компьютер -1шт., экран-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
2-01	- Учебная доска-1шт., проектор-1шт., экран-1шт., системный блок-1шт. - Программного обеспечения: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
2-02	- Учебная доска-1шт., интерактивная доска-1шт., шкаф-1шт., проектор-1 шт. - Программного обеспечения – нет
2-03	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-04	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-05	- Компьютер-3шт., МФУ-2шт., принтер-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
2-06 (Учебно-исследовательская лаборатория «Центр психологических и педагогических исследований»)	- Компьютер-10шт., интерактивная доска с встроенным проектором-1шт., телевизор-1шт., учебно-методическая литература - Программное обеспечение: Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015); Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1В08-190415-050007-883-951; 7-Zip - (Свободная лицензия GPL); Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия); Mozilla Firefox – (Свободная лицензия); LibreOffice – (Свободная лицензия GPL); XnView – (Свободная лицензия); Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия); Psychometric Expert-8 (Контракт № 11/09С от24.09.2015)
2-07 (Аудитория для тренингов)	- МФУ-1шт., магнитофон-1шт. - Программного обеспечения – нет
2-09	- Флипчарт-1шт., маркерная доска-1шт., телевизор-1шт. - Программного обеспечения – нет

2-10	- Учебная доска -1шт., таблицы по детской психологии, проектор-1шт., экран-1шт., компьютер – 1шт., интерактивная доска-1шт., маркерная доска-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-01	- Учебная доска-1шт., проектор-1шт., интерактивная доска-1шт., схемы и таблицы по менеджменту, компьютер- 1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-01a	- Компьютер-1шт., МФУ-1шт., принтер-1шт., сканер-1шт., проектор-1шт., ноутбук-1шт. - Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-03	- Проектор-1шт., учебная доска-1шт., экран-1шт., компьютер-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-04	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
3-05	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
3-06	- Интерактивная доска с проектором-1шт., маркерная доска-1шт., системный блок-1шт. - Программное обеспечение: Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
3-07	- Оборудования – нет - Программного обеспечения – нет
3-08	- Учебная доска-1шт., экран-1шт., проектор-1шт. - Программного обеспечения – нет
3-10	- Учебная доска-1 шт., экран напольный-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-03	- Маркерная доска-1шт., проектор- 1 шт., экран -1шт. - Программного обеспечения – нет
4-04	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-05	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-06	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-08	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
4-09	- Учебная доска-1шт. - Программного обеспечения – нет
Помещения для самостоятельной работы, индивидуальных консультаций	
2-11 (Методический кабинет)	- Компьютер-14шт. - Программное обеспечение: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)
4-01 (Информационно-методический ресурсный центр)	- Компьютер- 4шт. - Программное обеспечение: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)