

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Алтайский государственный педагогический университет»
(ФГБОУ ВО «АлтГПУ»)

УТВЕРЖДАЮ
проректор по образовательной
деятельности

_____ М.О. Тяпкин

Психология саморазвития рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Общей и социальной педагогики**

Учебный план ОиУвССР39.03.02_2024.plx
39.03.02 Социальная работа

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		зачеты 6
аудиторные занятия	32	
самостоятельная работа	38	

Программу составил(и):

канд. пед. наук, доцент, Маланичева А.В.; канд. пед. наук, доцент, Шаталова Е.А. _____

Рабочая программа дисциплины

Психология саморазвития

разработана на основании ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа (приказ Минобрнауки России от 05.02.2018 г. № 76)

составлена на основании учебного плана 39.03.02 Социальная работа (Уровень: бакалавриат; квалификация: бакалавр), утвержденного Учёным советом ФГБОУ ВО «АлтГПУ» от 25.03.2024, протокол № 9.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Общей и социальной педагогики

Протокол № 4 от 23.01.2024 г.

Срок действия программы: 2024-2029 уч.г.

Зав. кафедрой Колесова Светлана Владиславовна

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	уП	рП		
Неделя	16 1/6			
Вид занятий	уП	рП	уП	рП
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Контроль самостоятельной работы	2	2	2	2
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	34	34	34	34
Сам. работа	38	38	38	38
Итого	72	72	72	72

1.1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1.1	формирование системы знаний, умений и навыков о саморазвитии, самопрогнозировании и самореализации личности, необходимых для профессиональной деятельности специалиста по социальной работе, расширение научного мировоззрения студентов на основе современных научных подходов.
1.2. ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.2.1	сформировать представление о психологии саморазвития;
1.2.2	познакомить студентов с понятиями саморазвитие личности, личностный рост,
1.2.3	профессиональный рост, самоактуализация, рефлексия, активное слушание, тренинг личностного роста ;
1.2.4	познакомить студентов с отдельными психологическими теориями личности и некоторыми направлениями психотерапии;
1.2.5	познакомить студентов с отдельными методами диагностики психологических особенностей личности;
1.2.6	актуализировать потребность студентов в самопознании и самореализации, развивать способность к саморазвитию, рефлексии, эмпатию, навыки активного слушания, коммуникативные и творческие способности.
1.2.7	

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	ФГД
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Психология
2.1.2	Социальная психология
2.1.3	Психология
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Геронтология
2.2.2	Менеджмент в социальной работе
2.2.3	Профилактика профессионального стресса

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
УК-6.1: Оценивает личностные ресурсы по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни	
УК-6.2: Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траекторий саморазвития	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	основные понятия, процедуры, правила работы тренинговой группы;
3.1.2	сущность и соотношение понятий личностное развитие и личностный рост;
3.1.3	критерии личностного развития;
3.1.4	закономерности и методы педагогики и психологии в профессиональной деятельности.
3.2	Уметь:
3.2.1	осуществлять психологическое самонаблюдение и наблюдение за работой участников группы;
3.2.2	проводить рефлексивный анализ своих чувств, впечатлений, нового опыта, полученного на тренинге;
3.2.3	анализировать работу группы и отдельных ее участников;
3.2.4	реализовывать педагогические и психологические технологии, ориентированные на личностный рост детей и подростков, их гармоничное развитие, формирование установок в отношении здорового образа жизни,
3.2.5	толерантности во взаимодействии с окружающим миром, продуктивного преодоления жизненных трудностей;
3.2.6	проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;
3.2.7	осуществлять практическую деятельность по социально-педагогической, правовой и психологической поддержке семьи, детей и подростков, защите их прав и законных интересов, социальному оздоровлению семьи.
3.3	Владеть:

3.3.1	- осуществления работы, направленной на повышение психолого-педагогической и правовой компетентности взрослых, участвующих в воспитании детей и подростков, в работе с лицами, склонными к девиантному поведению;
3.3.2	взаимодействия в тренинговой группе;
3.3.3	навыками активного слушания;
3.3.4	взаимодействия с различными категориями воспитуемых, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях, осуществления контроля кризисных ситуаций, предупреждения и конструктивного разрешения конфликтов, оказания помощи в разрешении межличностных конфликтов.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература
	Раздел 1. Теоретические основы тренинга личностного роста.				
1.1	Социально-психологический тренинг как форма работы педагога-психолога /Лек/	6	6	УК-6.1 УК-6.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.2	Понятие личностного роста в психологическом тренинге. /Пр/	6	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.3	Понятие личностного роста в психологическом тренинге. /Ср/	6	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.4	Правила работы в тренинговой группе. /Пр/	6	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.5	Социально-психологический тренинг как форма работы педагога-психолога /Пр/	6	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.6	Социально-психологический тренинг как форма работы педагога-психолога /Ср/	6	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
	Раздел 2. Практикум по тренингу личностного роста.				
2.1	Тренинг как метод практической психологии. /Лек/	6	4		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.2	Деятельность ведущего психологического тренинга. /Лек/	6	4	УК-6.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.3	Принципы организации и проведения психологического тренинга. /Лек/	6	2		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.4	Особенности проведения тренинга с детьми и подростками. /Пр/	6	4	УК-6.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.5	Игры и упражнения для тренинга личностного роста. /Пр/	6	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.6	Оценка эффективности тренинга. /Ср/	6	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.7	Методика организации психологического тренинга. /Ср/	6	6		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.8	Методические средства психологического тренинга. /Ср/	6	6	УК-6.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
2.9	Эффекты тренинга. Проблема критериев эффективности тренинга. Модели описания результатов тренинга Д.Киркпатрика, М.Блам и Д.Нэйлор. Психологические, предметные, экономические критерии. Методы мониторинга тренинговых программ. /Ср/	6	8		Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Перечень индикаторов достижения компетенций, форм контроля и оценочных средств

УК-6.1: Определяет приоритеты профессионального роста с учетом имеющихся условий, ресурсов, временной перспективы и планируемых результатов - разработка программы саморазвития (общего и/или индивидуального)

УК-6.2: Оценивает эффективность своей деятельности на основе самооценки по выработанным критериям - определяет

динамику собственного саморазвития общего и/или профессионального УК-6.3: Демонстрирует результаты профессионального роста, используя инструменты непрерывного образования и саморазвития - разработка проекта саморазвития ПК - 6.1: Осуществляет анализ, планирует деятельность субъектов процесса социализации несовершеннолетних на основе нормативно-правовых документов - разработка проекта саморазвития и его презентация ПК - 6.2: Управляет коллективом учащихся, формирует благоприятные межличностные отношения несовершеннолетних в рамках урочной и внеурочной деятельности - разработка программы саморазвития личности обучающегося и его презентация (защита)
5.2. Технологическая карта достижения индикаторов
УК-6.1: - разработка программы саморазвития (общего и/или индивидуального) - 15 УК-6.2: - определяет динамику собственного саморазвития общего и/или профессионального - 15 УК-6.3: - разработка проекта саморазвития - 15 ПК - 6.1: - разработка проекта саморазвития и его презентация - 20 ПК - 6.2: - разработка программы саморазвития личности обучающегося и его презентация (защита) - 20 зачет - 15
5.3. Формы контроля и оценочные средства
составление программы профессионального саморазвития - подготовка материала для презентации программы профессионального саморазвития групповая работа над проектом профессионального и личностного саморазвития - подготовка, обоснование и представление (защита) проекта профессионального и личностного саморазвития подготовка к практическим занятиям - изучение литературы и представление материала на занятии (дискуссии, диспуты) зачет - изучение литературы и выполнение практических заданий
5.4. Оценка результатов обучения в соответствии с индикаторами достижения компетенций
Неудовл.: не достигнут. (менее 50 баллов) Удовл. Пороговый уровень:(от 50 до 69 баллов) имеет представление о мотивации обучения, существующих подходах к развитию мотивации к обучению и воспитанию обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями. имеет представление о формах, методах и средствах реализации педагогической деятельности. Хорошо. Базовый уровень: (от 70 до 84 баллов) может организовать процесс обучения с использованием приемов развития мотивации к совместной учебной и воспитанию, в том числе и для обучающихся с особыми образовательными потребностями, может подобрать и определить методы, средства педагогической деятельности. Отлично. Высокий уровень: (от 85 до 100 баллов) организует процесс обучения с использованием приемов развития мотивации к совместной учебной и воспитанию, в том числе и для обучающихся с особыми образовательными потребностями, использует специальные подходы к детям с особыми образовательными возможностями, выбирает наиболее оптимальные формы, методы и средства педагогической деятельности в зависимости от поставленных задач.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л1.1	Новосибирский государственный педагогический университет ; [сост. Л. Н. Зыбина]	Методы активного социально-психологического обучения: учебное пособие — Новосибирск : НГПУ, 2015 — URL: https://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/1320989/	9999
Л1.2	Горно-Алтайский государственный университет ; [сост. А. А. Костюнина]	Методы активного социально-психологического обучения: учебное пособие — Горно-Алтайск : ГАГУ, 2015 — URL: https://icdlib.nspu.ru/catalog/details/icdlib/1321262.php	9999
Л1.3	Д. М. Рамендик	Тренинг личностного роста: учебник и практикум для академического бакалавриата — Москва : Юрайт, 2018	25

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.1	[Л. С. Подымова и др.] ; под ред. В. А. Сластенина	Психолого-педагогический практикум: учебное пособие для студентов вузов — М. : Академия, 2007	40
Л2.2	Н. В. Матяш, Т. А. Павлова	Методы активного социально-психологического обучения: учебное пособие для студентов вузов — Москва : Академия, 2007	26

	Авторы, составители	Издание	Экз.
Л2.3	М. Л. Соснова	Тренинг коммуникативного мастерства: учебно-практическое пособие — Москва : Академический проект, 2020 — URL: http://www.iprbookshop.ru/110011.html	9999

6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Пакет Microsoft Office
6.3.1.2	Пакет LibreOffice
6.3.1.3	Операционная система семейства Windows
6.3.1.4	Интернет браузер

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Цифровой образовательный ресурс IPR Smart / Ай Пи Ар Медиа
6.3.2.2	eLIBRARY.RU : научная электронная библиотека
6.3.2.3	Электронная библиотека НПБ / Алтайский государственный педагогический университет, Научно-педагогическая библиотека

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	1. Оборудованные учебные аудитории, в том числе с использованием видеопроектора и подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.2	2. Аудитории для самостоятельной работы с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.
7.3	3. Компьютерный класс с подключением к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду Университета.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Основными видами учебной деятельности студентов являются лекции, практические, самостоятельные занятия. На лекциях раскрываются основные положения и понятия курса, отмечаются современные подходы к решаемым проблемам. На практических, и самостоятельных занятиях студенты овладевают общепедагогическими и другими методическими умениями, связанными с решением учебно-профессиональных задач.

Для достижения сформулированных целей и задач дисциплины отбор содержания осуществляется в соответствии с определенными принципами. Отбор содержания дисциплины, во-первых, определяется ролью и местом курса в программе подготовки специалиста.

Основными критериями освоения дисциплины являются: усвоение студентом основных дидактических единиц дисциплины, полнота и осознанность знаний, степень владения различными видами умений – аналитическими, проектировочными, коммуникативными и др., способность использовать освоенные способы деятельности в решении профессиональных задач. Для контроля знаний и полученных студентами умений наряду с традиционными формами контроля используется тестирование (печатная и электронная версии).

Организация самостоятельной работы студентов

Одним из важнейших видов учебной деятельности студентов является самостоятельная работа. Этот вид работы наряду с подготовкой к практическим занятиям предполагает выполнение и анализ заданий и упражнений, проектирование способов деятельности.

Самостоятельная работа организуется на основе системы заданий для ее организации. В качестве основного средства организации самостоятельной работы студентов выступают как системы задач по темам, так и проработка отдельных теоретических вопросов. Необходимыми средствами являются система общих методических указаний для студентов, а также частные методические рекомендации для студентов по выполнению каждого вида самостоятельной работы в рамках каждой темы.

Методические рекомендации

обучающимся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития, включающие в себя использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания, специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования.

Построение образовательного процесса ориентировано на учет индивидуальных возрастных, психофизических особенностей обучающихся, в частности предполагается возможность разработки индивидуальных учебных планов.

Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора (родителя, взявшего на себя тьюторские функции в процессе обучения, волонтера).

Обучающиеся с ОВЗ, как и все остальные студенты, могут обучаться по индивидуальному учебному плану в установленные сроки с учетом индивидуальных особенностей и специальных образовательных потребностей конкретного обучающегося. Срок получения высшего образования при обучении по индивидуальному учебному плану для лиц с ограниченными возможностями здоровья может быть при необходимости увеличен, но не более чем на год.

При составлении индивидуального графика обучения для лиц с ОВЗ возможны различные варианты проведения занятий:

- проведение индивидуальных или групповых занятий с целью устранения сложностей в усвоении лекционного материала, подготовке к семинарским занятиям, выполнению заданий по самостоятельной работе. Для лиц с ОВЗ, по их просьбе, могут быть адаптированы как сами задания, так и формы их выполнения.

- выполнение под руководством преподавателя индивидуального проектного задания, позволяющего сочетать теоретические знания и практические навыки;

- применение мультимедийных технологий в процессе ознакомительных лекций и семинарских занятий, что позволяет экономить время, затрачиваемое на изложение необходимого материала и увеличить его объем;

Форма проведения текущей аттестации для студентов с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости лицам с ОВЗ может быть предоставлено дополнительное время для подготовки к ответу на зачете или экзамене, выполнения задания по самостоятельной работе.

Студент с ограниченными возможностями здоровья обязан:

- выполнять требования образовательных программ, предъявляемые к степени овладения соответствующими знаниями;

- самостоятельно сообщить в соответствующее подразделение по работе со студентами с ОВЗ о наличии у него подтвержденной в установленном порядке ограниченных возможностей здоровья, жизнедеятельности и трудоспособности (инвалидности) необходимости создания для него специальных условий.