

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ
СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС
Кафедра менеджмента

УТВЕРЖДЕНО
кафедрой менеджмента

Протокол от «27» декабря 2021 г. № 6

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДИСЦИПЛИНЫ
ФОРМИРОВАНИЕ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ НАВЫКОВ ЭФФЕКТИВНОГО
ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ
(ФТД.02)**

краткое наименование дисциплины – ФСНЭО

по направлению подготовки

38.04.04 Государственное и муниципальное управление

направленность (профиль):

«Стратегическое управление городом»

квалификация выпускника: Магистр

формы обучения: очная, заочная

Год набора - 2021

Новосибирск, 2021

Авторы – составители:

доцент кафедры менеджмента Белая Елена Александровна

доцент кафедры менеджмента Бондаренко Ирина Викторовна

преподаватель кафедры менеджмента Иванова Марина Владимировна

доцент кафедры менеджмента Матюнин Владимир Михайлович

заведующий кафедрой менеджмента Симагина Ольга Владимировна

доцент кафедры менеджмента Филиппов Дмитрий Викторович

Заведующий кафедрой менеджмента:

доктор экономических наук, доцент

Симагина Ольга Владимировна

Оглавление

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО	4
3. Содержание и структура дисциплины.....	5
4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине.....	7
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	16
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.....	20
7. Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы	22

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

1.1. Дисциплина ФТД.02 «Формирование и совершенствование навыков эффективного обучения в ВУЗе» обеспечивает овладение следующими компетенциями с учетом этапа:

Таблица 1.

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1	Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности.

1.2. В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

Таблица 2.

Профессиональные действия	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
Не устанавливаются	УК-6.1	Способность определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности.

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем *для очной формы обучения*: 16 часов, из них 6 часов лекций, 10 часов семинарских занятий, на самостоятельную работу обучающихся выделено 56 часов.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем *для заочной формы обучения*: 16 часов, из них 6 часов лекций, 10 часов семинарских занятий. На самостоятельную работу обучающихся выделено 52 час, на контроль 4 часа.

Место дисциплины

Дисциплина ФТД.02 Формирование и совершенствование навыков эффективного обучения в ВУЗе изучается магистрантами очной формы обучения на первом курсе в 1 семестре, заочной формы обучения на первом курсе.

3. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3

№ п/п	Наименование тем, разделов	Объем дисциплины, час.					Форма текущего контроля, промежуточной аттестации ¹	
		Всего	Контактная работа обучающегося с преподавателем по видам учебных занятий					
			л	лр	пз	КСР		СР
Очная форма обучения								
Раздел 1	Теоретические основы развития и саморазвития	36	2		6		28	
Тема 1.2	Развитие и саморазвитие личности: общая характеристика	19	1		4		14	О ₁
Тема 1.2	Самопознание как основа саморазвития	17	1		2		14	О ₂
Раздел 2	Управление саморазвитием личности в профессиональной деятельности	36	4		4		28	
Тема 2.1	Саморазвитие личности в профессиональной деятельности	18	2		2		14	О ₃ ПЗ ₁
Тема 2.2	Технологии управления саморазвитием	18	2		2		14	О ₄ ПЗ ₂
Промежуточная аттестация								Зачет
Всего:		72	6		10		56	ак.ч.
		2						з.е.
								ас.ч.

¹ Формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), практическое задание (ПЗ)

Таблица 4.

№ п/п	Наименование тем, разделов	Объем дисциплины, час.					Форма текущего контроля, промежуточной аттестации ²
		Всего	Контактная работа обучающегося с преподавателем по видам учебных занятий				
			л	лр	пз	КСР	
Заочная форма обучения							
Раздел 1	Теоретические основы развития и саморазвития	36	2		6		28
Тема 1.1	Развитие и саморазвитие личности: общая характеристика	19	1		4		14
Тема 1.2	Самопознание как основа саморазвития	17	1		2		14
Раздел 2	Управление саморазвитием личности в профессиональной деятельности	32	4		4		24
Тема 2.1	Саморазвитие личности в профессиональной деятельности	16	2		2		12
Тема 2.2	Технологии управления саморазвитием	16	2		2		12
Промежуточная аттестация		4				4	Зачет
Всего:		72	6		10	4	52
		2					з.е.
							ас.ч.

Содержание дисциплины

Раздел 1. Теоретические основы развития и саморазвития

Тема 1.1. Развитие и саморазвитие личности: общая характеристика

Подходы к пониманию личности. Понятие и теории развития личности. Факторы развития. Ретроспективный обзор становления категории «саморазвитие» личности. Характеристика саморазвития и жизненный путь личности. Механизмы, барьеры и этапы процесса саморазвития. Закономерности развития творческого потенциала.

Тема 1.2. Самопознание как основа саморазвития

Основные подходы к определению самопознания. Сферы, цели и мотивы самопознания. Самопознание личности как процесс: закономерности, цели, мотивы, способы и результаты. Причины появления барьеров в самопознании. Методы самопознания: рефлексия, идентификация. Модель Д. Луфта как процесс самопознания. Особенности профессионального самопознания.

² Формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), практическое задание (ПЗ)

Раздел 2. Управление саморазвитием личности в профессиональной деятельности

Тема 2.1 Саморазвитие личности в профессиональной деятельности

Концепции профессионального саморазвития. Взаимосвязь личностного и профессионального саморазвития. Особенности самоактуализации личности с разной профессиональной направленностью. Самореализация в профессиональной деятельности.

Тема 2.2 Технологии управления саморазвитием

Персональный проектный менеджмент как основа управления саморазвитием. Средства профессионального саморазвития: самовоспитание и самообучение. Способы саморазвития: самопрогнозирование и самопрограммирование. Методы управления саморазвитием: самоорганизация, самоинструментирование, самостимулирование, самоконтроль. Саморегуляция: идеи, концепции, взгляды.

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации.

4.1.1. В ходе реализации дисциплины ФТД.02 Формирование и совершенствование навыков эффективного обучения в ВУЗе используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

Таблица 5

Методы текущего контроля для очной формы обучения

Тема (раздел)		Методы текущего контроля успеваемости
Раздел 1	Теоретические основы развития и саморазвития	
Тема 1.1	Развитие и саморазвитие личности: общая характеристика	Устный ответ на вопросы
Тема 1.2	Самопознание как основа саморазвития	Устный ответ на вопросы
Раздел 2	Управление саморазвитием личности в профессиональной деятельности	
Тема 2.1	Саморазвитие личности профессиональной деятельности	Устный ответ на вопросы Письменное выполнение практического задания
Тема 2.2	Технологии управления саморазвитием	Устный ответ на вопросы Письменное выполнение практического задания

Таблица 6

Методы текущего контроля для заочной формы обучения

Тема (раздел)		Методы текущего контроля успеваемости
Раздел 1	Теоретические основы развития и саморазвития	
Тема 1.1	Развитие и саморазвитие личности: общая характеристика	Устный ответ на вопросы
Тема 1.2	Самопознание как основа саморазвития	

Раздел 2	Управление саморазвитием личности в профессиональной деятельности	
Тема 2.1	Саморазвитие личности в профессиональной деятельности	Устный ответ на вопросы/ Письменное выполнение практического задания
Тема 2.2	Технологии управления саморазвитием	
Выполнение контрольной работы по курсу		Письменное выполнение контрольной работы в виде реферата

4.1.2. Зачет проводится с применением следующих методов: устное собеседование по вопросам билета (очная и заочная формы обучения) и практическому заданию.

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Полный перечень материалов текущего контроля находится на кафедре управления персоналом в УМК-Д

Типовые вопросы и задания для устного опроса

Тема 1.1. Развитие и саморазвитие личности: общая характеристика (O₂)

1. Каковы функции самопознания?
2. Что составляет внутренний мир человека?
3. Как вы понимаете фразу: «внутренний мир человека не задан изначально, он возникает в результате отражения мира внешнего»?
4. Какие сферы самопознания выделил У. Джемс?
5. Назовите области самопознания.
6. Какие существуют барьеры самопознания?
7. В чем состоит суть модели Д. Лафта и Г. Ингрома?
8. В чем проявляется принципиальная незавершенность самопознания?

Тема 1.2. Целеполагание собственной деятельности

1. Какой смысл психологи вкладывают в понятие «саморазвитие»?
2. Опишите основные характеристики саморазвития.
3. Какие существуют барьеры саморазвития? Как они взаимосвязаны?
4. В каком возрасте человек становится субъектом саморазвития? С чем это связано?
5. Целеполагание и мотивация
6. Постановка целей и их реализация
7. Что означает целеполагание в человеческой деятельности?

Тема 2.1 Самопознание как основа саморазвития (O₃)

1. В чем суть самоактуализации?
2. Какие способы поведения, ведущие к самоактуализации выделил А. Маслоу?
3. Определите место и роль ценностных ориентаций в структуре личности и реализации ее деятельности.
4. Приведите примеры влияния тех или иных ценностных ориентаций на поведение человека.
5. Раскройте базовые условия самореализации личности: психологические; психофизиологические; педагогические; социальные.
6. Каковы основные особенности самореализации личности?
7. Раскройте сущность термина «самореализация».

8. Перечислите виды и формы самореализации личности.
9. В чем заключается проблема профессиональной самореализации личности?
10. Как самореализация личности зависит от возраста?
11. Охарактеризуйте уровни, механизмы и барьеры самореализации личности.

Тема 2.2 Технологии управления саморазвитием (О₄)

1. Охарактеризуйте самопринятие и самопрогнозирование как механизмы саморазвития личности.
2. Почему управление как действие необходимо соотносить с нормативами, ценностями, эмоциями?
3. В чем сущность идеи саморегуляции в культурно-исторической концепции Л. С. Выготского Т. В. Корнилова?
4. Дайте определение осознанной саморегуляции, предложенное О. А. Конопкиным.
5. Какие три типа психической активности выделяются Ю. Я. Голиковым и А. Н. Костиным в обобщенной модели регуляции психической деятельности?
6. Какой из уровней регуляции выполняет, по мнению Г. Ш. Габдреевой, функцию регулятора отношений, поведения и деятельности, а также функционального состояния организма?
7. В чем состоит сходство понятий «самоуправление» и «саморегуляция»?
8. В чем состоит сущность сознательного самовнушения по Э. Куэ?

Типовые варианты практических заданий

Тема 2.1 Саморазвитие личности в профессиональной деятельности (ПЗ₁)

Задание 1. Составьте перечень профессиональных целей на ближайший месяц, определите их приоритеты с помощью метода весового ранжирования, основанного на парном сравнении целей друг с другом.

Сравнение производится по следующей схеме:

- цель 1 более значима, чем цель 2, то в ячейку 1:2 ставится 1 балл, а если менее значима, то 0 баллов.
- примерно одинаковые по значимости цели, имеют 0 баллов.

После сравнения производится суммирование баллов по горизонтали и определяется ранг каждой цели. Цель с наибольшим рангом имеет **наибольший приоритет**.

Таблица – Ранжирование целей

Цели	1	2	3	4	Ранг	Приоритет
1						
2						
3						
4						

С помощью метода SMART проверьте свою приоритетную цель на состоятельность с целью дальнейших действий по ее реализации.

Цель должна быть:

- предельно конкретной и ясной («Specific»).
- измеримой, значимой, мотивирующей («Measurable»).
- достижимой, ориентированной на конкретные действия («Achievable»).

- реалистичной, уместной и ориентированной на конкретные результаты («Realistic»).
- определенной по времени, отслеживаемой «Timed».

Вопросы:

- 1) При каких условиях ваша цель не будет достигнута?
- 2) На сколько баллов по шкале 1-10 оценивается реалистичность достижения цели?
- 3) Что означают недобранные баллы?

Тема 2.2 Технологии управления саморазвитием (ПЗ₂)

Задание 1. Используя метод Эйзенхауэра составьте список дел, которые на сегодняшний момент важны для Вас. Поставьте оценки **важности** и **срочности** этих дел от 1 до 10 в правых колонках.

№ п/п	Список дел	Срочность	Важность
1			
2			
3			
4			
5			

В таблицу впишите ваши дела по степени важности и срочности, ориентируясь на те оценки, которые вы поставили им в предыдущем списке.

Важность	5					
	4					
	3					
	2					
	1					
		1	2	3	4	5
	Срочность					

В зависимости от степени срочности и важности дела разделите их на четыре типа выполнения. А – срочное и важное (задачи, требующие немедленного выполнения); В – несрочное и важное (задачи, выполнение которых может подождать); С – срочное и неважное (не очень задачи, которые нуждаются в срочном выполнении); D – несрочное и неважное (задачи, которые можно не решать, поскольку никакой отдачи они не принесут).

Вопросы.

1. Сколько процентов от общего времени вы проводите в каждом из четырех квадратов А, В, С, D?

A _____ %

B _____ %

C _____ %

D _____ %

2. К какой бы группе отнесете дела, которыми займетесь завтра?

1. _____ = _____ — приоритет

2. _____ = _____ — приоритет

3. _____ = _____ — приоритет

4. _____ = _____ — приоритет

3. Запишите, на что вы бы хотели затрачивать больше времени, чем обычно, а на что хотели бы сократить время.

Задание 2. Проанализируйте и выпишите в два столбца с учетом рейтинга значимости 10 ваших личностных качеств, которые: а) будут способствовать вашему профессионально-творческому саморазвитию; б) будут сдерживать ваше профессионально-творческое саморазвитие.

Составьте «Программу творческого саморазвития» на ближайший год с учетом результатов выполнения предыдущего задания.

Разработайте «Я-концепцию» творческого саморазвития с учетом своих индивидуальных склонностей и способностей.

Типовые варианты вопросов и заданий для электронного семинара

Раздел 1 Теоретические основы развития и саморазвития

Задание 1. В чем сущность процесса саморазвития? Каковы основные формы саморазвития? Раскройте сущность процесса саморазвития с точки зрения философского, психологического и педагогического подходов.

Задание 2. Как вы понимаете фразу: «внутренний мир человека не задан изначально, он возникает в результате отражения мира внешнего»? Обоснуйте свой ответ. Какие сферы самопознания выделил У. Джемс? Раскройте особенности методов самопознания: рефлексия, идентификация.

Задание 3. Перечислите виды самоопределения и дайте им характеристику. В чем сущность теорий Д. Холланда, Д.Сьюпера? Охарактеризуйте взаимосвязь самосознания и самоопределения личности. Обоснуйте свой ответ.

Раздел 2 Управление саморазвитием личности в профессиональной деятельности

Задание 1. В чем суть самоактуализации? Какие способы поведения, ведущие к самоактуализации выделил А. Маслоу? Определите место и роль ценностных ориентаций в структуре личности и реализации ее деятельности. Приведите примеры влияния тех или иных ценностных ориентаций на поведение человека.

Задание 2. Охарактеризуйте самопринятие и самопрогнозирование как механизмы саморазвития личности. В чем состоит сходство понятий «самоуправление» и «саморегуляция»? В чем состоит сущность сознательного самовнушения по Э. Куэ?

4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации

4.3.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом этапа их формирования.

Типовые вопросы для зачета

1. Дайте определение личности и раскройте это понятие.
2. Охарактеризуйте средства самообучения и самовоспитания.
3. В чем сущность структурного подхода к пониманию личности А.Н. Леонтьева, В.С. Мерлина, Б.Г. Ананьева?
4. Опишите причины барьеров саморазвития и пути их преодоления.
5. В чем сущность саморазвития? Опишите основные характеристики саморазвития.
6. В чем проявляется взаимосвязь саморазвития личности и ее жизненного пути?

7. Дайте определение понятию самопознание, раскройте его аспекты.
8. Создайте схему, отразив последовательность применения методов для саморазвития.
9. Составьте таблицу, иллюстрирующую барьеры к самопознанию, описав характеристики каждого препятствия.
10. Сопоставьте религиозные и научные концепции о самопознании. В чём сходство и различия? На каких принципах основываются концепции?
11. Какие способности должны быть сформированы у человека для реализации профессионального самопроектирования?
12. Охарактеризуйте самоактуализирующуюся личность. Выделите, критерии особенности, признаки.
13. Охарактеризуйте феномен самоактуализации личности и условия ее реализации.
14. Опишите механизмы самореализации личности в профессиональной сфере.
15. Какие, по мнению австрийского ученого К. Лорена существуют препятствия человека к самопознанию?
16. Составьте таблицу теорий развития личности, включив в нее авторов и основные положения.
17. Охарактеризуйте факторы, влияющие на развитие личности. Обоснуйте свой ответ.
18. Составьте схему, отражающую цели и мотивы человека в самопознании.

Типовые практические задания для зачета

Задание 1. Вспомните какую-либо стрессовую ситуацию из вашей жизни с негативными последствиями. Разработайте возможные способы предупреждения возникновения подобной ситуации (внешние и внутренние действия).

Задание 2. Разработайте личный стратегический план, оформленный с помощью метода структурирования внимания.

Задание 3. Постройте собственную модель реального «Я» через процесс самопостроение.

Задание 4. Среди способов принятия управленческих решений выделяется «принцип Парето». Суть принципа заключается в том, что внутри какой-либо группы или множества групп отдельные малые её части обнаруживают намного большую значимость, чем это соответствует их удельному весу в группе. Например:

- 20% клиентов (товаров) дают 80% оборота или прибыли;
- 80% клиентов (товаров) приносят 20% оборота или прибыли.

Поэтому в связи с принципом Парето отмечают соответствие «80:20». В процессе работы менеджера за первые 20% расходуемого времени достигается 80% результатов, остальные 80% затраченного времени приносят 20% общего итога. Следовательно, менеджеру не целесообразно братья сначала за самые лёгкие дела. Необходимо приступать к решению вопросов, сообразуясь с их значением.

Вопросы:

Какую практическую пользу можно извлечь из знания принципа Парето?

Во всех ли случаях действует этот принцип?

Какие ещё выводы для практической работы менеджера можно сделать, используя принцип Парето? Обоснуйте свои предложения.

Приведите примеры действия закона Парето из вашего личного опыта.

Задание 5. Прочитайте притчу. «Любопытный джентльмен хотел выяснить – кто был величайшим полководцем всех времен и народов. Ему сказали, что лучший уже умер и вознесся на небо. У райских ворот джентльмен обратился к апостолу Петру с просьбой

помочь в розысках. Апостол указал на стоявшую поблизости душу. «Позвольте, этого человека я знал в земной жизни. Он был сапожником». «Верно. Но если бы он стал полководцем, то, несомненно, превзошел бы всех». **Вопрос:** Каковы должны быть условия, чтобы каждый мог развить свои задатки и превратить их в способности? Чего не хватило в данном случае?

Задание 6. Составьте личный план саморазвития по четырем основным сферам жизни человека: деятельность (обучение в вузе и самореализация личности студента), отношения (в семье, вузе, с друзьями), здоровье, душевный комфорт.

Задание 7. Предложите свой вариант ответа выхода из данной ситуации, наиболее правильный с вашей точки зрения. Студент, выразив преподавателю свои сомнения по поводу возможности хорошего усвоения преподаваемого предмета, говорит: «Я сказал Вам о том, что меня беспокоит. Объясните мне, в чем причина неудовлетворительного усвоения мною предмета и что мне делать дальше?» - Что должен ответить на это преподаватель? Как можно охарактеризовать уровень самообразования и саморазвития этого студента?

Задание 8. Представьте, что вы можете свободно распоряжаться своим временем. За исключением приема пищи и, по меньшей мере, 6 часов на сон, у вас нет никаких других ограничений. При этом вы располагаете достаточными материальными средствами и всем необходимым для того, чтобы осуществить все, что вам хочется, сохраняя разумные пропорции между развлечениями и занятиями. В соответствии с этой воображаемой ситуацией напишите, что вы хотели бы сделать в течение ближайших 24 часов, указав время, потраченное на каждое занятие. Напишите перечень действий за последние 24 часа реальный. Сравните реальный и идеальный список и выявите причины разницы.

Задания 9. Великий русский педагог К.Д. Ушинский в юности составил для себя следующие правила самовоспитания:

- Спокойствие, по крайней мере, внешнее, в любых обстоятельствах.
- Прямота в словах и поступках.
- Обдуманность действия.
- Решительность с правом ответственности за поступок.
- Не говорить о себе без нужды ни одного слова.
- Делать то, что хочется, а не то, что случится.
- Каждый вечер добросовестно давать себе отчет в своих поступках. Все ли правила вы принимаете для себя? Если нет, то почему? Хотели бы Вы дополнить предложенный список? Если да, то чем? Какими правилами Вы всегда руководствуетесь в жизни, какому типу воспитания они в большей мере соответствуют.

вы принимаете для себя? Если нет, то почему? Хотели бы Вы дополнить предложенный список? Если да, то чем? Какими правилами Вы всегда руководствуетесь в жизни, какому типу воспитания они в большей мере соответствуют.

Задание 10. Проанализируйте и выпишите в два столбца с учетом рейтинга значимости 10 ваших личностных качеств, которые: а) будут способствовать вашему профессионально-творческому саморазвитию; б) будут сдерживать ваше профессионально-творческое саморазвитие.

Задание 11. Составьте «Программу творческого саморазвития» на ближайший год с учетом рейтинга значимости 10 ваших личностных качеств, которые: а) будут способствовать вашему профессионально-творческому саморазвитию; б) будут сдерживать ваше профессионально-творческое саморазвитие.

Задание 12. Разработайте «Я-концепцию» творческого саморазвития с учетом своих индивидуальных склонностей и способностей.

Типовые варианты тестовых заданий (для заочной формы обучения)

1. Выберите несколько правильных ответов

Элементы содержательного плана саморазвития:

*формирование качеств и способностей

*развитие имеющихся положительных качеств
*устранение недостатков и ограничений
процесс идентификации
поддержка высокого социального статуса

2. *Выберите один правильный ответ*

Саморазвитие – это:

процесс количественных и качественных изменений психических процессов, свойств, состояний во времени выражающихся в существенных их преобразованиях

*способность человека становиться и быть подлинным субъектом своей жизни превращать собственную жизнедеятельность в предмет практического преобразования

процесс разложения на составляющие части черт личности или поведенческих характеристик, установления причинно-следственных связей между ними

3. *Выберите один правильный ответ*

Общие препятствия к самопознанию человека по К. Лоренцу:

*антропоцентризм;

индивидуализм;

утилитаризм;

партикуляризм.

4. *Выберите один правильный ответ*

Способ самопознания человека:

самовоспитание;

*самонаблюдение;

самореализация;

самообразование.

5. *Выберите один правильный ответ*

Способность размышлять над собственными ощущениями, переживаниями, мыслями:

интуиция

внимание

*рефлексия

мышление

6. *Выберите один правильный ответ*

Приписывание другому лицу своих мыслей или действий:

*проекция;

идентификация;

интроекция;

рационализация;

7. *Выберите один правильный ответ*

Методы самопознания:

*идентификация и рефлексия;

интроекция и проекция;

обучение и воспитание;

интенциональность и интеллектуальность

8. *Выберите один правильный ответ*

Психологический процесс, которому свойственны идентификация и рефлексия:

самонаблюдение
самообразование
самореализация
*самопознание

9. *Выберите один правильный ответ*

Преодолению барьеров к самопознанию способствует:

способность к самообразованию

*способность к самовоспитанию

способность к самореализации

способность к самопринятию

10. *Выберите один правильный ответ*

Фундаментальное условие профессионального развития личности -

*высокий уровень профессионального самосознания

профессиональная адаптация

профессиональные кризисы

саморегуляции профессиональной деятельности

11. *Выберите один правильный ответ*

Движущие силы профессионального развития личности -

процесс разрешения межгрупповых противоречий

*процесс разрешения внутриличностных противоречий

процесс разрешения межличностных противоречий

12. *Выберите один правильный ответ*

Самовоспитание – это:

деятельность, удовлетворяющая потребности в познании и личностном росте.

*деятельность человека по совершенствованию своих положительных качеств и преодолению отрицательных.

мобилизация всех систем человека, обеспечивающая эффективное выполнение определенной деятельности.

13. *Выберите несколько правильных ответов*

Методы психологической саморегуляции

*мышечная релаксация по Э. Джекобсону;

повышение самосознания;

идеомоторная тренировка;

*аутогенная тренировка И.Г. Шульца.

14. *Выберите один правильный ответ*

Автор теории психосексуального развития личности -

*Фрейд З.

Бандура А.

Левин К.

Пиаже Ж.

15. *Выберите один правильный ответ*

Сознание по А. Г. Спиркину -

*высшая, свойственная только человеку и связанная с речью функция мозга, заключающаяся в целенаправленном и конструктивно-творческом в преобразовании действительности.

чувственный состав конкретных образов реальности, актуально воспринимаемой или всплывающий в памяти и различающейся по своей модальности.

форма отражения объективной действительности в психике человека, позволяющая строить объективные (общепринятые) картины мира.

Шкала оценивания

Таблица 11

Зачет	Критерии оценки
не зачтено (0-50)	Студент демонстрирует фрагментарные знания о сущности саморазвития и его характеристиках, сущности и барьерах самопознания, уровнях, механизмах и барьерах самореализации личности, не знает методику саморазвития, не может определить собственные возможности к саморазвитию и создать презентацию проекта личностного развития
зачтено (51-100)	Студент демонстрирует воспроизведение знаний о сущности саморазвития и его характеристиках, сущности и барьерах самопознания, уровнях, механизмах и барьерах самореализации личности с разной степенью детализации, знает методику саморазвития, может создать презентацию проекта личностного развития

4.4. Методические материалы промежуточной аттестации

Зачет включает ответы на теоретические вопросы и выполнение практических заданий. Ответы на теоретические вопросы могут даваться в устной или письменной форме. Выполнение практических заданий проводится в устной/письменной форме.

Для получения положительной оценки на зачете достаточно изучить рекомендуемую основную литературу, а также усвоить умения в ходе контактной работы с преподавателем путем опроса и выполнения различных практических заданий.

Магистрант при подготовке к ответу по билету формулирует ответ на вопрос, а также выполняет задание (письменно либо устно, в зависимости от содержания задания).

При подготовке ответа на вопрос стоит использовать соответствующий дисциплине понятийный аппарат, отвечать с пояснениями, полно и аргументированно. При сравнении явлений необходимо представить аргументы, представляющие их сходства и различия. Давать односложные ответы нежелательно. При ответе магистрант должен полно и аргументированно ответить на вопрос билета, демонстрируя знания либо умения в его рамках.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические указания по организации самостоятельной работы

Целью самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины является:

- закрепление, расширение и углубление теоретических знаний, полученных студентами на аудиторных занятиях;
- формирование умений и навыков для будущей эффективной самостоятельной профессиональной деятельности;
- развитие у студентов самостоятельности, организованности, творческой активности, потребности развития познавательных способностей.

Самостоятельная работа включает следующие виды деятельности:

- изучение дополнительного учебного материала;
- подготовка и написание докладов;

- самостоятельное выполнение практических заданий, решение проблемно-поисковых задач;
- оформление мультимедийных презентаций по учебным разделам и темам;
- выполнение творческих заданий (составление и решение кроссвордов и др.)

В процессе выполнения самостоятельной работы студентам рекомендуется руководствоваться учебной, периодической, научно-технической и справочной литературой, содержащейся в библиотеке института, Интернет-ресурсами, настоящими методическими рекомендациями.

Контроль за самостоятельной работой может осуществляться в форме защиты индивидуальных работ, выполненных практических заданий, контрольных работ, а также в ходе собеседования и тестирования.

Для наилучшего усвоения материала студент обязательно должен посещать все лекционные и семинарские занятия, что будет способствовать постепенному накоплению знаний, максимальному развитию умений и навыков. Кроме того студент обязан выполнять все виды самостоятельной работы. При подготовке к семинарам студент готовит темы и вопросы, в том числе выносимые на самостоятельное изучение, при необходимости составляет конспект, тезисы доклада, выполняет письменные домашние задания.

В рабочей программе дан список основной и дополнительной литературы для предварительного изучения перед решением задач и выполнения других заданий, в которой необходимо найти нужный материал по соответствующей теме. Для оперативного получения информационного материала необходимо использовать список источников в электронном виде (web-ресурсов). При необходимости студент может воспользоваться в аудитории доступом к ним через мобильный телефон, планшет, компьютер посредством наличия подключения к Мобильному Интернету, Wi-Fi или сетевому доступу в Интернет.

Перед началом семинарских занятий студент осуществляет техническую подготовку по доступу к электронным материалам (электронные учебники и др.), получению учебных материалов на бумажном носителе из ресурсов библиотеки. Рекомендуется пройти регистрацию и получить доступ к электронному ресурсу «Университетская библиотека on-line».

Поиск источников информации для решения задач и разбора практических ситуаций рекомендуется делать как на основе списка литературы и интернет-ресурсов в рабочей программе, так и по тексту нормативных документов с использованием фильтров по ключевым словам в справочно-информационных программах Консультант-Плюс, Гарант и др. В случае использования материала из источников с датой публикации ранее 2015 года, необходимо осуществить проверку содержания на соответствие нормативных документов, например, в справочно-информационных системах Консультант-Плюс, Гарант и др. Рекомендуется, например, пользоваться бесплатными материалами некоммерческой версии справочно-информационной системы Консультант-Плюс на web-странице <http://www.consultant.ru/online/>. В компьютерных классах СИУ РАНХиГС студенту рекомендуется воспользоваться дополнительными возможностями справочно-информационных систем Консультант-Плюс, Гарант в виду установки более расширенных коммерческих версий, позволяющих получать в электронном виде статьи из экономических журналов, электронные книги и другие материалы.

Для изучения опыта предоставления информации для проверки и обсуждения рекомендуется просмотр учебных фильмов с поиском через Интернет по соответствующим темам.

В виду взаимосвязанности изучаемых тем перед каждым очередным аудиторным занятием необходимо провести работу по изучению материалов прошедших занятий.

Рекомендуется использовать ежедневник для записи домашних заданий и учета планируемой работы.

При подготовке к занятиям необходимо выполнять контрольные задания для самопроверки, содержащиеся в учебных пособиях из списка литературы в рабочей программе либо выданные преподавателем.

Необходимо обращать внимание на объявления о проведении в помещениях Филиала научных мероприятий, связанных с темами изучаемой дисциплины, чтобы спланировать участие в них во внеаудиторное время. Материалы и информация, полученная на таких мероприятиях может быть использована для подготовки к занятиям, выступлениям на практических занятиях, подготовки курсовых и других работ.

При обучении на заочной форме большее количество часов отведено учебным планом на самостоятельное изучение материала.

Студент должен посетить все лекции, на которых излагается цель, задачи и содержание курса, выдается задание на работу, приводятся рекомендации и критерии оценивания. В ходе лекционных занятий раскрываются базовые вопросы в рамках каждого модуля дисциплины. Обозначаются ключевые аспекты тем, а также делаются акценты на наиболее сложные и важные положения изучаемого материала. Материалы лекций являются опорной основой для подготовки обучающихся к практическим (семинарским) занятиям и выполнения заданий самостоятельной и курсовой работ, а также к промежуточной аттестации по дисциплине. Практические (семинарские) занятия позволяют более детально проработать наиболее важные темы курса и провести контроль за степенью усвоения пройденного материала, ходом выполнения самостоятельной работы и рассмотрение наиболее сложных и спорных вопросов в рамках темы занятия.

Основным методом обучения на заочной форме выступает собственно самостоятельная работа, которая выполняется индивидуально в произвольном режиме времени в удобные для обучающегося часы, часто вне аудитории - внеаудиторная самостоятельная работа. Самостоятельная работа рассматривается с одной стороны, как форма или метод обучения и вид учебной деятельности, осуществляемый без непосредственного вмешательства преподавателя, с другой – как средство вовлечения обучающихся в самостоятельную познавательную деятельность, средство формирования у них методов ее организации. Проработку материалов учебников и учебных пособий целесообразно осуществлять в течение сессии, а также несколько раз в течение времени, отведенного на самостоятельную работу. Необходимо внимательно изучить ключевые слова темы, просмотреть материал, законспектировать его, подчеркнуть заголовки и самые ценные положения. Отдельные темы курса предполагают дополнительную проработку материала с использованием периодических изданий, а также подготовку примеров из практики.

Методические указания по подготовке к устному опросу

Одним из основных способов проверки и оценки знаний студентов по дисциплине является устный опрос, проводимый на семинарских занятиях. Устный опрос является формой текущего контроля и проводится индивидуально. Результаты опроса студентов на занятиях отражаются в базе данных «Балльно-рейтинговая система» и доступны всем участникам образовательного процесса.

Подготовка к опросу проводится в ходе самостоятельной работы студентов и включает в себя повторение пройденного материала по вопросам предстоящего опроса. Помимо основного материала студент должен изучить дополнительную рекомендованную литературу и информацию по теме, в том числе с использованием Интернет-ресурсов. В среднем, подготовка к устному опросу по одному семинарскому занятию занимает от 2 до 3 часов в зависимости от сложности темы и особенностей организации студентом своей самостоятельной работы. Опрос предполагает устный ответ студента на один основной и несколько дополнительных вопросов преподавателя. Ответ студента должен представлять собой развернутое, связанное, логически выстроенное сообщение. При выставлении оценки

преподаватель учитывает правильность ответа по содержанию, его последовательность, самостоятельность суждений и выводов, умение связывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью.

Методические указания для решения практических заданий

Решение практических заданий нацелено на формирование у студента соответствующих практических умений. Поэтому для исключения компиляций результата все задания выполняются рукописно либо в отдельных тонких тетрадках, либо на отдельных листах.

При решении заданий ответ должен быть дан конкретно на поставленный вопрос, при этом обязательным является формулировка ответа с использованием профессиональных терминов. При составлении схемы надо иметь в виду основные требования к выделению видов (классов) явлений и процессов по какому-то отдельному основанию.

При заполнении таблиц необходимо придерживаться установленных в задании требований, например, по количеству рассматриваемых примеров.

Методические указания по решению тестовых заданий

Тест – это объективное стандартизированное измерение, поддающееся количественной оценке, статистической обработке и сравнительному анализу. Тест состоит из конечного множества тестовых заданий, которые предъявляются в течение установленного промежутка времени в последовательности, определяемой алгоритмом тестирующей программы.

В базе тестовых заданий используются следующие формы тестовых заданий: задания открытой формы, задания закрытой формы, задания на установление соответствия, задания на установление правильной последовательности.

К заданиям *закрытой формы* относятся задания следующих типов:

- один из многих (предлагается выбрать один вариант ответа из предложенных);
- многие из многих (предлагается выбрать несколько вариантов ответа из предложенных);
- область на рисунке (предлагается выбрать область на рисунке).

В тестовых заданиях данной формы необходимо выбрать ответ (ответы) из предложенных вариантов. Ответы должны быть однородными, т.е. принадлежать к одному классу, виду и роду. Количество вариантов ответов не менее 3-х, и не более 7.

Задания *открытой формы* служат для определения степени усвоения фактологических событий. Соответственно дидактическими единицами являются: понятия, определения, правила, принципы и т.д.

К заданиям открытой формы относятся:

- поле ввода (предлагается поле ввода, в которое следует ввести ответ);
- несколько пропущенных слов (предлагается заполнить пропуски);
- несколько полей ввода (предлагается ввести несколько значений).

Задание открытой формы имеет вид неполного утверждения, в котором отсутствует один (или несколько элементов), который (которые) необходимо вписать или ввести с клавиатуры компьютера. Требование к данному тестовому заданию – четкая формулировка, требующая однозначного ответа. Каждое поле ввода соответствует одному слову. Количество пропусков (полей ввода) не должно быть больше трех (для тестовых заданий типа «Несколько полей ввода» допускается до пяти). Рекомендуются задания формулировать так, чтобы ответ был в именительном падеже. Образцовое решение (правильный ответ) должно содержать все возможные варианты ответов (синонимичный ряд, цифровая и словесная форма чисел и т.д.).

Задания *на установление соответствия* служат для определения степени знания о взаимосвязях и зависимостях между компонентами учебной дисциплины.

Задание имеет вид двух групп элементов (столбцов) и формулировки критерия выбора соответствия. Соответствие устанавливается по принципу 1:1. Т.е. одному элементу 1-ой группы (левого столбца) соответствует только один элемент 2-ой группы (правого столбца).

В тестовом задании *на упорядочение* предлагается установить правильную последовательность предложенных объектов (слова, словосочетания, предложения, формулы, рисунки и т.д.).

6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

6.1 Основная литература

1. Гончарова, В. Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования [Электронный ресурс] : монография / В. Г. Гончарова, В. Г. Подопригора, С. И. Гончарова ; Сибирский Федеральный университет. - Электрон. дан. - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 248 с. — Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435603>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

2. Мандель, Б. Р. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в современном вузе [Электронный ресурс] : учеб. пособие для магистрантов и преподавателей высших учебных заведений / Б. Р. Мандель. - Электрон. дан. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 276 с. — Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=427013>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

3. Развитие целостного мышления учащихся в процессе обучения [Электронный ресурс] : монография. - Электрон. дан. — Москва : Флинта : Наука, 2014. - 96 с. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278053>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

4. Студент как субъект саморазвития и отношения к учебно-профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : монография. — Электрон. дан. — Москва : Академический Проект, Фонд «Мир», 2011. — 192 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/36595>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

5. Хорошилова, Л. С. Технология социальной реабилитации отдельных категорий инвалидов [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов и преподавателей направления 040100.62 - «Социальная работа» / Л. С. Хорошилова ; Кемеровский государственный университет. - Электрон. дан. — Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2014. - 122 с. – Доступ из Унив. б-ки ONLINE. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278894>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

6.2 Дополнительная литература

1. Аржаных, Е. В. Трудоустройство выпускников с ограниченными возможностями здоровья / Е. В. Аржаных, О. А. Гуркина, А. М. Терехова // Высш. образование в России. – Электрон. журн. - 2014. - № 10. - С. 35-44. – Доступ из НЭБ eLibrary.ru. - Режим доступа : <http://elibrary.ru/item.asp?id=22536467>, требуется авторизация. — Загл. с экрана. – То же [Электронный ресурс]. – Доступ из Унив. б-ки ONLINE. - Режим доступа : http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=275261, требуется авторизация. — Загл. с экрана.

2. Ахметова, Д. З. Инклюзивный подход к психолого-педагогическому сопровождению обучения с применением дистанционных образовательных технологий [Электронный ресурс] : науч.-метод. пособие / Д. З. Ахметова ; Ин-т экономики, упр. и права. – Электрон. дан. - Казань : Познание, 2014. - 64 с. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257841>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

3. Замалетдинова, Н. Ш. Креативные технологии инклюзивного образования [Электронный ресурс] : науч.-метод. пособие / Н. Ш. Замалетдинова, И. Г. Морозова, Н. А. Паранина ; Ин-т экономики, упр. и права, под ред. Д. З. Ахметова. – Электрон. дан. - Казань : Познание, 2014. - 100 с. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. – Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257981>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

4. Педагогика и психология инклюзивного образования [Электронный ресурс] : учеб. пособие [для бакалавров, магистрантов, аспирантов] / Д. З. Ахметова, З. Г. Нигматов, Т. А. Челнокова и др. ; Институт экономики, управления и права (г. Казань) ; под ред. Д. З. Ахметовой. - Электрон. дан. - Казань : Познание, 2013. - 204 с. — Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=257980>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

5. Преимущество системы инклюзивного образования [Электронный ресурс] : в 3-х т. : монография / Институт экономики, управления и права (г. Казань. - Электрон. дан. - Казань : Познание, 2015. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364182>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

6. Современные проблемы адаптации обучающихся в социально-культурном пространстве образовательного учреждения [Электронный ресурс] : сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (11 апреля 2013 г., Кемерово) / Е. Л. Кудрина [и др.]. — Электрон. дан. — Кемерово : Кемеровский государственный университет культуры и искусств, 2013. — 275 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/29704>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

1. Мандель, Б. Р. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса в современном вузе [Электронный ресурс] : учеб. пособие для магистрантов и преподавателей высших учебных заведений / Б. Р. Мандель. - Электрон. дан. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 276 с. — Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=427013>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

6.4. Нормативные правовые документы

Нормативные правовые документы не используются.

6.5. Интернет-ресурсы

1. Он-лайн тесты знаний по психологии, педагогике [Электронный ресурс] // Психопаргалка : психологический образовательный сайт. – [М?], 2004 – 2015. - Режим доступа : <http://psylist.net/testzna/>, свободный.

2. Психотестодром: деловые и психологические тесты онлайн [Электронный ресурс] // ПСИ- ФАКТОР : [психол. сайт]. – [М.], 2001 – 2015. - Режим доступа: <http://http://psyfactor.org/tests/>, свободный.

3. Психологические тесты он-лайн [Электронный ресурс] : [сайт]. – [М?], 2002 – 2015. – Режим доступа: <http://psitest.com.ru/>, свободный. Психологические тесты On-Line

[Электронный ресурс] : [сайт]. - [М?], 2000 – 2015. – Режим доступа: <http://www.ptsk-rk.ru>, свободный.

6.6. Иные источники

Иные источники не используются.

7. Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

Учебная аудитория для проведения учебных занятий (занятий лекционного типа), оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: комплект специализированной учебной мебели (столы и кресла – рабочие места обучающихся и преподавателя); доска аудиторная; экран; персональный компьютер; звуковая система; проектор; веб-камера. Выход в Интернет и доступ в электронную информационно-образовательную среду организации.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий (занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации), оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: комплект специализированной учебной мебели (столы и стулья – рабочие места обучающихся и преподавателя); доска аудиторная; персональный компьютер; телевизор; веб-камера. Выход в Интернет и доступ в электронную информационно-образовательную среду организации.

Компьютерный класс, учебная аудитория для проведения учебных занятий (занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации), оснащенный оборудованием и техническими средствами обучения: комплект специализированной учебной мебели (столы и стулья - рабочие места обучающихся и преподавателя), доска аудиторная; персональные компьютеры моноблоки; проектор; веб-камера; экран. Выход в Интернет и доступ в электронную информационно-образовательную среду организации, в том числе с рабочих мест обучающихся. Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows; пакеты лицензионных программ: MS Office, MS Teams, СПС КонсультантПлюс, «1С: Предприятие 8», лицензионное антивирусное программное обеспечение.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся (Информационно-ресурсный центр) оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечено доступом в электронную информационно-образовательную среду организации.

Программное обеспечение: ОС Microsoft Windows, Пакет Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint), Microsoft Teams, СПС КонсультантПлюс, «1С: Предприятие 8», лицензионное антивирусное программное обеспечение.