

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Карпов Евгений Борисович
Должность: Ректор
Дата подписания: 16.01.2026 16:58:57
Уникальный программный ключ:
34e81b9ebf022d792ddf4ba544335e5b15ea819d7b511d2f098d2f3e86a810b1



МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ВПА
Автономная некоммерческая организация высшего образования
АНО ВО МПА ВПА

ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛИ) ПО ВЫБОРУ 1 (ФТД.ДВ.01)

Саморазвитие личности

рабочая программа дисциплины (модуля)

Учебный план 37.03.01 Психология
Учебный год начала подготовки 2025-2026

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **1 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 36
в том числе:
аудиторные занятия 18
самостоятельная работа 18

Виды контроля в семестрах:
зачеты 7

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
	уп	рп		
Неделя	18			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	10	10	10	10
Итого ауд.	18	18	18	18
Контактная работа	18	18	18	18
Сам. работа	18	18	18	18
Итого	36	36	36	36

Рабочая программа дисциплины

Саморазвитие личности

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология (приказ Минобрнауки России от 29.07.2020 г. № 839)

составлена на основании учебного плана:

37.03.01 Психология

утвержденного учёным советом вуза от 23.12. 24 протокол № 3.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	Изучение системы знаний по саморазвитию личности, формирование умений решать спектр проблем и задач по построению профессиональной карьеры.
1.2	Познакомить студентов с основополагающими технологиями личностного и профессионального развития.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Цикл (раздел) ООП:	ФТД.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Производственная практика (научно-исследовательская работа)
2.1.2	Психология управления и организационная психология
2.1.3	Психофизиология
2.1.4	Физиология ВНД и сенсорных систем
2.1.5	Зоопсихология и сравнительная психология
2.1.6	Производственная практика (по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности)
2.1.7	Психология личности
2.1.8	Психология развития и возрастная психология
2.1.9	Анатомия ЦНС и нейрофизиология
2.1.10	Производственная практика в профильных организациях
2.1.11	Психология лидерства
2.1.12	Психология молодежных лидеров
2.1.13	Социально-гуманитарный модуль
2.1.14	Культурология
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Защита выпускной квалификационной работы, включая подготовку к процедуре защиты и процедуру защиты
2.2.2	Применение компьютерной диагностики
2.2.3	Производственная практика (преддипломная практика)
2.2.4	Психология девиантного поведения
2.2.5	Психология поведения человека в экстремальных ситуациях
2.2.6	Психология стресса
2.2.7	Подготовка и сдача государственного экзамена
2.2.8	Научно-исследовательская (квалификационная) практика (преддипломная)
2.2.9	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.10	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

<p>ПК-2: Способен применять основные психодиагностические методы, использовать методики психодиагностики и комплектовать психодиагностические батареи для решения коррекционно-развивающих задач, комплексного обследования и оценки психики представителей различных социальных групп</p>
<p>ПК-2.2: Умеет отбирать и применять психодиагностический инструментарий, адекватный целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей математико-статистической обработкой данных и их интерпретацией, составлять комплексный психологический портрет и формулировать рекомендации по результатам обследования личности и группы</p>
<p>УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>
<p>УК-6.1: Знает основные принципы эффективного управления собственным временем; основные приемы самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни.</p>
<p>УК-6.2: Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; проявлять способность к саморазвитию и самообучению.</p>
<p>УК-6.3: Владеет методами управления собственным временем; технологиями приобретения умений и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни.</p>

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1	Знать:
3.1.1	модели и стратегии профессионального развития; факторы конкурентноспособности; цели и технологии
3.1.2	профессионального саморазвития и самообразования; интегральные личностные характеристики как
3.1.3	составляющие процесса самообразования личности; стадии оптимизации профессиональной подготовки и
3.1.4	становления педагога; основные принципы эффективного управления собственным временем; основные приемы самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни
3.2	Уметь:
3.2.1	проектировать образовательный маршрут профессиональной карьеры и личностного развития; перестраивать
3.2.2	маршрут своего профессионального развития; определять пути изменения своего профиля; осуществлять
3.2.3	профессиональное самообразование и личностный рост; эффективно планировать и контролировать собственное время; проявлять способность к саморазвитию и самообучению
3.3	Владеть:
3.3.1	методами управления собственным временем; технологиями приобретения умений и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов
	Раздел 1. Раздел 1. Профессиональное становление личности.		
1.1	Саморазвитие как основа профессионального развития личности педагога /Лек/	7	2
1.2	Пути профессионального становления человека /Пр/	7	4
1.3	Сущность диагностики профессиональной предрасположенности личности. /Ср/	7	6
	Раздел 2. Раздел 2. Интегральные личностные характеристики как составляющие процесса самообразования личности;		
2.1	Понимание человека как индивида, личности и субъекта. /Лек/	7	2
2.2	Вершины развития человека (его акме) и их основные характеристики. /Пр/	7	2
2.3	Стратегии повышения культурно-образовательного уровня /Ср/	7	4
	Раздел 3. Раздел 3. Технологии личностного и профессионального развития.		
3.1	Сущность технологий личностного и профессионального развития. /Лек/	7	4
3.2	Стратегии и модели профессионального развития /Пр/	7	2
3.3	Стратегии и модели профессионального развития /Ср/	7	2
3.4	Конкурентноспособность современного профессионала /Ср/	7	4
3.5	Методика диагностики эмоционального выгорания /Пр/	7	2
3.6	/Зачёт/	7	2

5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

5.1. Вопросы для самоконтроля и текущей аттестации

1. Профессиональная компетентность в структуре профессионализма.
2. Виды профессиональной компетентности.
3. Сущностные характеристики акмеологических критериев и показателей. Их виды в различных сферах личностно-профессионального развития.
4. Профессиональные характеристики специалиста.
5. Человек как субъект развития и саморазвития.
6. Смысл и ценность труда.

5.2. Темы письменных работ (контрольных и курсовых работ, рефератов)

не предусмотрены

5.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации

УК-6.1: Знает основные принципы эффективного управления собственным временем; основные приемы самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни.

1. Профессиональное саморазвитие как основа построения успешной карьеры.
2. Критерии профессионального совершенства.

3. Саморазвитие: пути, средства и методы.
4. Личностное пространство как фактор формирования.
5. Самосовершенствование как необходимое условие личностного роста.

УК-6.2: Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; проявлять способность к саморазвитию и самообучению.

1. Понятие воли. Типы волевых личностей. Уровни проявления сверхволи.
2. Понятие безволия. Классификация безвольных личностей (по В. Леви): первичный, философский, лентяй от неуверенности, сангвинический.
3. Качества сильной воли: целеустремлённость, решительность, смелость, мужество, настойчивость, самостоятельность, выдержка, самообладание, организованность.
4. Качества слабой воли: отсутствие целеустремлённости, самостоятельности, лёгкая внушаемость, нерешительность, импульсивность, упрямство, несдержанность, неорганизованность.
5. Значение и функции общения.
6. Эмоциональное выгорание и пути его профилактики.

УК-6.3: Владеет методами управления собственным временем; технологиями приобретения умений и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни.

1. Общение в педагогическом процессе. Коммуникативный круг.
2. Особенности общения в процессе обучения при решении образовательных, воспитательных и развивающих задач.
3. Способы управления инициативой в общении.
4. Педагогическая техника и её элементы: умения педагогического общения; техника и культура речи педагога (голос, дыхание, дикция, грамотность, интонация и т.д.); выразительный показ чувств и отношений (мимика, пантомимика, внешний облик); саморегуляции педагогом своего психического состояния (самоконтроль, выдержка и т.д.)
5. Способы установления взаимопонимания: идентификация (эмпатия), рефлексия, самоограничение.
6. Типичные причины конфликтов: раздел общего объекта притязаний; психологическое ущемление достоинства; игнорирование личности; амбиции (чванство, спесь) одного из конфликтующих; неподтверждение ролевых ожиданий,

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год, эл. адрес
Л1.1	Мандель, Б.Р.	Психология развития: Полный курс : иллюстрированное учебное пособие	М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015 http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279644

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год, эл. адрес
Л2.1	Ежова, Н.Н.	Краткий справочник практического психолога : справочник	Ростов-на-Дону : Феникс, 2014 https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=271550

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

6.2.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1 Open Office

6.2.2 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

6.3.2.1 <http://www.consultant.ru/> Справочная правовая система «КонсультантПлюс».

6.3.2.2 sdo.tiei.ru - Электронная информационно-образовательная среда(ЭИОС)

6.3.2.3 <http://biblioclub.ru/> ЭБС «Университетская библиотека online»

6.3.2.4 <http://library.tiei.ru/> - ЭЛЕКТРОННАЯ НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	<p>Специальные помещения представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории. Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие примерным программам дисциплин (модулей), рабочим учебным программам дисциплин (модулей). Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно - образовательную среду.</p>
-----	---

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ И КРИТЕРИЯМ ОЦЕНИВАНИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Обучающимся необходимо помнить, что качество полученного образования в немалой степени зависит от активной роли самого обучающегося в учебном процессе. Обучающийся должен быть нацелен на максимальное усвоение подаваемого лектором материала, после лекции и во время специально организуемых индивидуальных встреч он может задать лектору интересующие его вопросы.

Лекционные занятия составляют основу теоретического обучения и должны давать систематизированные основы знаний по дисциплине, раскрывать состояние и перспективы развития соответствующей области науки, концентрировать внимание обучающихся на наиболее сложных и узловых вопросах, стимулировать их активную познавательную деятельность и способствовать формированию творческого мышления.

Главная задача лекционного курса - сформировать у обучающихся системное представление об изучаемом предмете, обеспечить усвоение будущими специалистами основополагающего учебного материала, принципов и закономерностей развития соответствующей научно-практической области, а также методов применения полученных знаний, умений и навыков.

Основные функции лекций: 1. Познавательная-обучающая; 2. Развивающая; 3. Ориентирующе-направляющая; 4.

Активизирующая; 5. Воспитательная; 6. Организующая; 7. информационная.

Выполнение практических заданий служит важным связующим звеном между теоретическим освоением данной дисциплины и применением ее положений на практике. Они способствуют развитию самостоятельности обучающихся, более активному освоению учебного материала, являются важной предпосылкой формирования профессиональных качеств будущих специалистов.

Проведение практических занятий не сводится только к органическому дополнению лекционных курсов и самостоятельной работы обучающихся. Их вместе с тем следует рассматривать как важное средство проверки усвоения обучающимися тех или иных положений, даваемых на лекции, а также рекомендуемой для изучения литературы; как форма текущего контроля за отношением обучающихся к учебе, за уровнем их знаний, а следовательно, и как один из важных каналов для своевременного подтягивания отстающих обучающихся.

При подготовке важны не только серьезная теоретическая подготовка, но и умение ориентироваться в разнообразных практических ситуациях, ежедневно возникающих в его деятельности. Этому способствует форма обучения в виде практических занятий. Задачи практических занятий: закрепление и углубление знаний, полученных на лекциях и приобретенных в процессе самостоятельной работы с учебной литературой, формирование у обучающихся умений и навыков работы с исходными данными, научной литературой и специальными документами. Практическому занятию должно предшествовать ознакомление с лекцией на соответствующую тему и литературой, указанной в плане этих занятий.

При проведении учебных занятий обеспечиваются развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, преподавание дисциплин (модулей) в форме курсов, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

Самостоятельная работа может быть успешной при определенных условиях, которые необходимо организовать. Ее правильная организация, включающая технологии отбора целей, содержания, конструирования заданий и организацию контроля, систематичность самостоятельных учебных занятий, целесообразное планирование рабочего времени позволяет привить студентам умения и навыки в овладении, изучении, усвоении и систематизации приобретаемых знаний в процессе обучения, привить навыки повышения профессионального уровня в течение всей трудовой деятельности.

Для контроля знаний студентов по данной дисциплине необходимо проводить оперативный, рубежный и итоговый контроль.

Оперативный контроль осуществляется путем проведения опросов студентов на семинарских занятиях, проверки выполнения практических заданий, а также учета вовлеченности (активности) студентов при обсуждении мини-докладов, организации ролевых игр и т.п.

Контроль за самостоятельной работой студентов по курсу осуществляется в двух формах: текущий контроль и итоговый. Рубежный контроль (аттестация) подразумевает проведение тестирования по пройденным разделам курса. В тестирование могут быть включены темы, предложенные студентам для самостоятельной подготовки, а также практические задания.

Уровень сформированности профессиональных компетенций каждого обучающегося оценивается по следующей шкале (от 1 до 5):

1 – не справляется с выполнением типовых профессиональных задач, не проявляет ни один из навыков, входящих в компетенцию;

2 – не справляется с выполнением типовых профессиональных задач, проявляет отдельные навыки, входящие в

компетенцию;

3 – выполняет типовые профессиональные задачи при консультационной поддержке: пороговый (критический) уровень готовности;

4 – самостоятельно выполняет типовые профессиональные задачи. Для решения нестандартных задач требуется консультационная помощь: пороговый (допустимый) уровень готовности;

5 – все профессиональные (типовые и нестандартные) профессиональные задачи выполняет самостоятельно: повышенный уровень готовности.

Бально-рейтинговая оценка по промежуточной аттестации проводимой в форме экзамена и (или) дифференцированного зачета выставляется в соответствии со следующей шкалой:

50–71 – «удовлетворительно»;

71–92 – «хорошо»;

92–100 – «отлично».

Далее приводятся критерии оценки результатов ответов. Например:

Оценка "ОТЛИЧНО" ставится обучающемуся, показавшему повышенный уровень готовности.

Оценка "ХОРОШО" ставится обучающемуся, показавшему пороговый (допустимый) уровень готовности.

Оценка "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" ставится обучающемуся, показавшему пороговый (критический) уровень готовности.

Бально-рейтинговая оценка по промежуточной аттестации проводимой в форме зачета выставляется в соответствии со следующей шкалой:

51–100 – «зачтено».

Далее приводятся критерии оценки результатов ответов. Например:

Оценка "зачтено" ставится обучающемуся, минимально показавшему пороговый (критический) уровень готовности.