

ФГБОУ ВО «АГУ»	Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Адыгейский государственный университет»
	Рабочая программа дисциплины (модуля)
	<b>СМК. ОП-2/РК-7.3.3</b>



**Рабочая программа дисциплины**  
**Б1.В.03 Основы самопознания, саморазвития и самореализации личности**

**направление подготовки 37.03.01 Психология**

**направленность (профиль) «Психология»**

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями  
здоровья и инвалидов

Факультет педагогики и психологии  
Кафедра педагогической психологии

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогической психологии,  
протокол №1 от «27» августа 2018г.

Заведующий кафедрой: доктор педагогических наук, профессор  
Хакунова Ф.Н. Ф.Н. Хакунова

Составитель (разработчик) программы: кандидат фил. наук, , доцент  
кафедры педагогической психологии  
А.А.Юрина А.А.Юрина

## Содержание

	стр.
Пояснительная записка.....	3
1. Цели и задачи дисциплины (модуля).....	3
2. Объём дисциплины (модуля) по видам учебной работы.....	4
3. Содержание дисциплины (модуля).....	4
4. Самостоятельная работа обучающихся.....	6
4.1. Темы курсовых работ (проектов) или семестровых заданий.....	7
4.2. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся.....	7
5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины (модуля).....	7
6. Методические рекомендации по дисциплине (модулю).....	13
7. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов	22
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).....	23
9. Лист регистрации изменений.....	25

## Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология (квалификация (степень) «бакалавр»), направленность (профиль) «Психология».

Рабочая программа представляет собой совокупность дидактических материалов, направленных на реализацию содержательных, методических и организационных условий подготовки по направлению 37.03.01 Психология (квалификация (степень) «бакалавр»), направленность (профиль) «Психология».

Дисциплина «Основы самопознания, саморазвития и самореализации личности» относится к вариативной части Блока 1.

Трудоемкость дисциплины: 72 ч./ 2 з.е.;

контактная работа: 42,25 ч.;

занятия лекционного типа – 14ч.,

занятия семинарского типа (практические занятия) – 28ч.,

контроль самостоятельной работы – 0ч.,

иная контактная работа – 0,25 ч.,

контролируемая письменная работа (КПР) – 0ч.,

СР – 29,75 ч.,

контроль – 0ч..

Ключевые слова: личность, самосознание, самопознание, саморазвитие, самореализация

Составитель: Юрина А.А., кандидат филологических наук, доцент по кафедре психологии, доцент кафедры педагогической психологии АГУ.

### 1. Цели и задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Основы самосознания, саморазвития, самореализации личности» направлено на формирование ряда компетенций :

*общекультурных (ОК):*

- владение способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7).

*профессиональных (ПК):*

- владение способностью к психологической диагностике, прогнозированию изменений и динамики уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека (ПК-5);

Показателями компетенций являются:

**знания** сущности понятий «самопознание», «саморазвитие», самореализация», «самоактуализация»; сущности современных психологических подходов и теорий к процессу самопознания, саморазвития и самореализации личности; о том, что самопознание и саморазвитие личности – важный аспект становления современной личности специалиста;

**умения** ставить цель и видеть задачи самопознания и саморазвития; связывать цель и задачи с собственными жизненными планами; выбирать методики для осуществления самопознания и саморазвития на основе анализа тех проблем и трудностей познавательного и личностного развития, которые проявляются у личности; разработывать рекомендации по преодолению какой-либо конкретной трудности или проблемы, выявленной у человека в процессе самопознания;

**навыки** нахождения инструментария для осуществления самопознания в связи с поставленной целью; проведения процедуры самодиагностики по различным проблемам и особенностям личностного развития, самопознания в контексте саморазвития и профессионального роста личности.

## 2. Объем дисциплины (модуля) по видам учебной работы.

Таблица 1. Объем дисциплины (модуля) общая трудоемкость: 2 з.е.

### Очная форма обучения

Виды учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		6
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа:	42,25	42,25
Занятия лекционного типа	14	14
Занятия семинарского типа (практические)	28	28
Иная контактная работа	0,25	0,25
Контролируемая письменная работа	-	-
Самостоятельная работа (СР)	29,75	29,75
Курсовая работа (проект)	-	-
Вид промежуточного контроля (зачет)		зачет

### Заочная форма обучения

Виды учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		6
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа:	14,25	14,25
Занятия лекционного типа	4	4
Занятия семинарского типа (практические)	10	10
Иная контактная работа	0,25	0,25
Контролируемая письменная работа	-	-
Самостоятельная работа (СР)	54	54
Курсовая работа (проект)	-	-
Вид промежуточного контроля (зачет)		зачет
Контроль	3,75	3,75

## 3. Содержание дисциплины (модуля).

Таблица 2. Распределение часов по темам (модулям) и видам учебной работы

### Очная форма обучения

№ модуля, раздела	Наименование разделов и тем дисциплины	Объем в часах			
		Всего	Лекц.	Практ.	СРС

<b>Модуль №1. Психология самопознания</b>					
1.1	Самопознание как структурный компонент самосознания человека. Общая характеристика самопознания	10	2	4	4
1.2	Самопознание как процесс: цели, мотивы, способы, результаты	7	2	2	3
1.3	Идентификация и рефлексия как механизмы самопознания. Барьеры самопознания	7	2	2	3
<b>Всего по модулю</b>		<b>24</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>
<b>Модуль №2. Психология саморазвития</b>					
2.1	Понятие о развитии. Общая характеристика саморазвития	8	1	4	3
2.2	Саморазвитие как процесс. Формы саморазвития	8	1	4	3
2.3	Саморазвитие, становление внутреннего мира и жизненный путь человека. Барьеры саморазвития	10	2	4	4
<b>Всего по модулю</b>		<b>26</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>10</b>
<b>Модуль №3. Самоактуализация как высшая форма саморазвития</b>					
3.1	Понятие самоактуализации. Мотивы самоактуализации	6	1	2	3
3.2	Цели, способы, средства и результаты самоактуализации личности	7	2	2	3
3.3	Особенности самопознания, саморазвития, самореализации личности на разных ступенях онтогенеза	8,75	1	4	3,75
	ИКР	0,25			
<b>Всего по модулю</b>		<b>21,75</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>9,75</b>
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>14</b>	<b>28</b>	<b>29,75</b>

### Заочная форма обучения

№ модуля, раздела	Наименование разделов и тем дисциплины	Объем в часах			
		Всего	Лекц.	Практ.	СРС
Модуль №1. Психология самопознания					
1.1	Самопознание как структурный компонент самосознания человека. Общая характеристика самопознания	8	1	1	6
1.2	Самопознание как процесс: цели, мотивы, способы, результаты	7		1	6
1.3	Идентификация и рефлексия как	7		1	6

	механизмы самопознания. Барьеры самопознания				
<b>Всего по модулю</b>		<b>22</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>18</b>
<b>Модуль №2. Психология саморазвития</b>					
2.1	Понятие о развитии. Общая характеристика саморазвития	8	1	1	6
2.2	Саморазвитие как процесс. Формы саморазвития	7		1	6
2.3	Саморазвитие, становление внутреннего мира и жизненный путь человека. Барьеры саморазвития	9	1	2	6
<b>Всего по модулю</b>		<b>24</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>18</b>
<b>Модуль №3. Самоактуализация как высшая форма саморазвития</b>					
3.1	Понятие самоактуализации. Мотивы самоактуализации	7		1	6
3.2	Цели, способы, средства и результаты самоактуализации личности	8	1	1	6
3.3	Особенности самопознания, саморазвития, самореализации личности на разных ступенях онтогенеза	7		1	6
<b>Всего по модулю</b>		<b>22</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>18</b>
<b>ИКР</b>		<b>0,25</b>			
<b>Контроль</b>		<b>3,75</b>			
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>54</b>

#### 4. Самостоятельная работа обучающихся

Таблица 3. Содержание самостоятельной работы обучающихся

<b>№ п/п</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Разделы или темы рабочей программы</b>	<b>Форма отчетности</b>
1	Индивидуальное домашнее задание (подготовка письменных сообщений по указанным проблемным вопросам )	Практические занятия №1-8, модули №1,2,3	Письменная работа (ответы на проблемные вопросы)
2	Реферат / презентация	Модуль №2	Реферат/презентация
3	Подготовка и написание эссе	Модуль №2	Эссе
4	Освоение основных терминов, их значений и базовых понятий курса в работе со словарем при составлении кроссворда	Модуль №3	Кроссворд
5.	Выполнение тестовых заданий	Модуль №3	Тестовые задания

#### 4.1 Курсовые работы по дисциплине не предусмотрены

#### 4.2. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

1. Психология практического самопознания / Гасанова Д.И., Гасанова П.Г., Аминов У.К. [Электронный ресурс]. – URL: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_29013176\\_26696145.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_29013176_26696145.pdf)

2. Психология практического саморазвития будущих психологов / Гасанова Д.И., Аминова Д.К., Аминов У.К., Ахмедова А.М., Даудова Д.М., Цахаева А.А. [текст]. — Киев: Общество с ограниченной ответственностью "Финансовая Рада Украины" (Киев). 2017. – 112 с. – Режим доступа: [https://elibrary.ru/download/elibrary\\_28842797\\_78161599.pdf](https://elibrary.ru/download/elibrary_28842797_78161599.pdf)

3. Психологические практики диагностики и развития самоэффективности студенческой молодежи : учебное пособие / О.М. Краснорядцева, В.И. Кабрин, О.И. Муравьева и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Томский государственный университет. - Томск : Томский государственный университет, 2014. - 274 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-94621-438-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435148> (27.11.2018).

#### 5. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Таблица 5. 1 Основная литература

№ п/п	Наименование, библиографическое описание
1.	Волкова, Т.Г. Психология самосознания : учебное пособие / Т.Г. Волкова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 296 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137239">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137239</a> ). – ISBN 978-5-4458-2242-4. – DOI 10.23681/137239. – Текст : электронный
2.	Селезнева, Е.В. Грани самоосуществления: от самоотношения к самореализации / Е.В. Селезнева. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 404 с. : ил. URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364477">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364477</a> – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-5543-6. – DOI 10.23681/364477.
3.	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. URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137240">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=137240</a> – ISBN 978-5-4458-2241-7. – DOI 10.23681/137240.

Таблица 5.2 Дополнительная литература

№ п/п	Наименование, библиографическое описание
1.	Маралов, В. Г. Основы самопознания и саморазвития [Текст] / В. Г. Маралов. – М.: Изд. центр «Академия», 2012.-256с.
2.	Мостовая К. Т., Влияние уровня притязаний на характер самоактуализации личности [Электронный ресурс] / К. Т. Мостовая. - М.: Лаборатория книги, 2010. - 94 с. - . Режим доступа: <a href="http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=86525">http://www.biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=86525</a>
3.	Низовских Н.А. Человек как автор самого себя: психосемантическое исследование личностного саморазвития : монография - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 405 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3801-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274928">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=274928</a> (26.06.2015)
4.	Психологические практики диагностики и развития самоэффективности студенческой молодежи : учебное пособие / О.М. Краснорядцева, В.И. Кабрин, О.И. Муравьева и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Томский государственный университет. - Томск : Томский государственный университет, 2014. - 274 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-94621-438-4 ; То же [Электронный ресурс]. -

	URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=435148">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=435148</a> (27.11.2018).
5.	Сапогова, Е.Е. Территория взрослости: горизонты саморазвития во взрослом возрасте / Е.Е. Сапогова. - 2-е изд. (эл.). - Москва : Генезис, 2016. - 312 с. : ил. - (Расширение горизонтов). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98563-394-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=455484">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=455484</a> (27.11.2018)
6.	Селезнева, Е.В. Грани самоосуществления: от самоотношения к самореализации : монография / Е.В. Селезнева. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 404 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-5543-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364477">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=364477</a>
7.	Современная практическая психология в обеспечении ресурсов самореализации личности : монография / Ю.В. Обухова, Е.В. Зинченко, Е.В. Белова, И.В. Афанасенко ; Министерство образования и науки РФ, Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону : Издательство Южного федерального университета, 2016. - 305 с. : схем., табл., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-9275-2234-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=493318">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=493318</a> (08.09.2018).

**Таблица 5.3 Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1.	«Библиотека психологической литературы» BOOKAP (Books of the psychology) [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psix.critic-all.ru/bookap-biblioteka-psihologicheskoy-literatury-obschaya-psihologiya-evgeniy-pavlovich-ilin-differencial.html">http://psix.critic-all.ru/bookap-biblioteka-psihologicheskoy-literatury-obschaya-psihologiya-evgeniy-pavlovich-ilin-differencial.html</a> .
2.	PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие» (Отборные тексты по психологии и смежным гуманитарным дисциплинам) [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psylib.kiev.ua">http://psylib.kiev.ua</a> .
3.	«Флогистон: Психология из первых рук» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://flogiston.ru/library">http://flogiston.ru/library</a> .
4.	Psychology.ru: Психология на русском языке [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psychology.ru/Library">http://www.psychology.ru/Library</a> .
5.	«Мир психологии» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psychology.net.ru/articles">http://psychology.net.ru/articles</a> .
6.	Библиотека психологического форума «MyWord.ru» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psylib.myword.ru">http://psylib.myword.ru</a>
7.	Psyberia. Ru «Продвинутая психология для несовершеннолетних». [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psyberia.ru">http://psyberia.ru</a> .
8.	«Библиотека учебной и научной литературы» Русского Гуманитарного Интернет-университета [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx">http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx</a>
9.	Библиотека кафедры психологии БГУ [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://go2bsu.narod.ru/libr/index.htm">http://go2bsu.narod.ru/libr/index.htm</a> .
10.	Виртуальная библиотека по психологии [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm">http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm</a> .
11.	«Психея» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psycheya.ru">http://www.psycheya.ru</a> ,
12.	«Педагогическая библиотека» [Электронный ресурс]. — Режим доступа:



	<a href="http://www.pedlib.ru/">http://www.pedlib.ru/</a>
13.	Социология, психология, управление. SOC.LIB.RU [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://soc.lib.ru/books.htm">http://soc.lib.ru/books.htm</a> .
14.	«Психология в Оренбурге» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psyvoren.narod.ru/bibliot.htm">http://www.psyvoren.narod.ru/bibliot.htm</a>
15.	«Интернет-ресурсы для психолога» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.petropal.narod.ru">http://www.petropal.narod.ru</a> .
16.	Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psychology.ru/Library">http://www.psychology.ru/Library</a> .
17.	«Зеркало» [Электронный ресурс]. — Режим доступа:
18.	«Популярная психология» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://karpowwww.narod.ru/">http://karpowwww.narod.ru/</a> .
19.	«Исследователь: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://explorateur.narod.ru/library.htm">http://explorateur.narod.ru/library.htm</a>
20.	«Антистресс». [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://marks.on.ufanet.ru">http://marks.on.ufanet.ru</a> .
21.	Библиотека книг по психологии и психотерапии Aquarun [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.aquarun.ru">http://www.aquarun.ru</a> .
22.	Сайт «Практическая психология» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psynet.narod.ru/main.htm">http://psynet.narod.ru/main.htm</a>
23.	«Литература по психологии и психиатрии» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.nedug.ru/lib/lit/psych/psych.htm">http://www.nedug.ru/lib/lit/psych/psych.htm</a> .
24.	«Виртуальная психоаналитическая лаборатория: Психоанализ. Психотерапия. Интернет». [Электронный ресурс]. — Режим доступа:
25.	YugZone «Всестороннее развитие возможностей человека»: 1200 книг по психологии и эзотерике [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.yugzone.ru/download_1200_books/index.htm">http://www.yugzone.ru/download_1200_books/index.htm</a>

#### Психологические словари

1.	Большой психологический словарь [Электронный ресурс] / сост. Б. Мещеряков, В. Зинченко. Олма-пресс, 2004. — Режим доступа: <a href="http://vocabulary.ru/dictionary/30/">http://vocabulary.ru/dictionary/30/</a>
2.	Кондаков, И. Психологический словарь, 2000 [Электронный ресурс] / И. Кондаков. — Режим доступа: <a href="http://vocabulary.ru/dictionary/478/">http://vocabulary.ru/dictionary/478/</a>
3.	Краткий словарь психологических терминов [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://vocabulary.ru/dictionary/16/">http://vocabulary.ru/dictionary/16/</a>
4.	Краткий словарь-справочник по психологии [Электронный ресурс]. — М.: Изд-во РУДН, 2004. — Режим доступа: <a href="http://vocabulary.ru/dictionary/35/">http://vocabulary.ru/dictionary/35/</a>
5.	Психологический словарь [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://azps.ru/handbook/">http://azps.ru/handbook/</a>
6.	Психологический словарь [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html">http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html</a>
7.	Психология [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.glossary.ru/cgi-bin/gl_paph.cgi?R4uu4Pxo)urujo9">http://www.glossary.ru/cgi-bin/gl_paph.cgi?R4uu4Pxo)urujo9</a>

Таблица 5.4. Периодические издания

№ п/п	Наименование
----------	--------------

1.	<b>Журнал «Вопросы психологии»</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.voppsy.ru">http://www.voppsy.ru</a> .
2.	<b>Научный электронный журнал «Психологические исследования»</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psystudy.com/">http://www.psystudy.com/</a> . Учредителями издания являются Российская академия образования и издательство «Солитон»
3.	<b>Электронный журнал «Психологическая наука и образование»</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psyedu.ru">http://www.psyedu.ru</a> .
4.	<b>Электронный журнал «Психология» PSYCHOLOGY.SU</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psychology.su">http://www.psychology.su</a>
5.	<b>Журнал практической психологии и психоанализа</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psyjournal.ru/">http://psyjournal.ru/</a> .
6.	<b>Московский психологический журнал</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://magazine.mospsy.ru/">http://magazine.mospsy.ru/</a> .
7.	<b>Журнал «Популярная психология»</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: — <a href="http://www.psynews.narod.ru/">http://www.psynews.narod.ru/</a>
8.	<b>Ежемесячный журнал PSYCHOLOGIES magazine</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://wday.ru/psychologies">http://wday.ru/psychologies</a>
9.	Всероссийское издание для психологов <b>«Психологическая газета»</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.psy.su/">http://www.psy.su/</a> . Учредитель — группа компаний «ИМАТОН» (г. Санкт-Петербург).
10.	<b>Психологическая газета «Мы и мир»</b> [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://www.gazetamim.ru/">http://www.gazetamim.ru/</a>
11.	<b>Газета «Школьный психолог»</b> Издательского дома «Первое сентября» [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <a href="http://psy.1september.ru/">http://psy.1september.ru/</a>

## 5.5 Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

### Электронные ресурсы на основе лицензионных договоров ФГБОУ ВО «АГУ»

#### ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

Ресурс содержит учебники, учебные пособия, монографии, периодические издания, справочники, словари, энциклопедии. В настоящее время включает более 130 тыс. наименований. Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

ЭБС АГУ на платформе аппаратно-программного комплекса ООО КДУ <http://adygnet.bibliotech.ru> Ресурс содержит электронные аналоги трудов преподавателей АГУ. Обеспечивает доступ к необходимым для образовательного процесса изданиям. Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

ЭБС «Юрайт» [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru) образовательный ресурс, электронная библиотека и интернет-магазин, где читают и покупают электронные и печатные учебники авторов – преподавателей ведущих университетов для всех уровней профессионального образования, а также пользуются видео- и аудиоматериалами, тестированием и сервисами для преподавателей. Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

ЭБС «Лань» [www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com) Российский разработчик и поставщик современных образовательных IT-решений, флагманский продукт «Лани» – собственная электронно-библиотечная система (ЭБС), предоставляющая образовательным организациям доступ к электронным версиям книг ведущих издательств учебной, научной, профессиональной

литературы и периодики по различным направлениям подготовки. Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

**ФГБУ «Российская государственная библиотека»** <http://dvs.rsl.ru> Состав пополняется объемом диссертаций по всем специальностям (кроме медицины и фармации), что составляет около 30000 диссертаций в год. Доступ к полным текстам диссертаций только в отделе электронных публикаций НБ АГУ. Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

**ООО «Научная электронная библиотека» (НЭБ)** [www.elibrary.ru](http://www.elibrary.ru) Российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии и образования, в том числе электронные версии более 3900 российских научно-технических журналов, из которых более 2800 журналов в открытом доступе. НЭБ eLIBRARY содержит платформу Российский индекс научного цитирования (РИНЦ). Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

**Некоммерческое партнерство «Ассоциированные региональные библиотечные консорциумы» (АРБИКОН)** <http://arbicon.ru/services/> это крупнейшая межведомственная межрегиональная библиотечная сеть страны, располагающая совокупным информационным ресурсом, который дает возможность найти более 50 миллионов документов в 57 регионах страны и уточнить, в фондах каких библиотек их можно получить.

**Некоммерческое партнерство «Национальный электронно-информационный консорциум» (НЭИКОН)** [www.neicon.ru](http://www.neicon.ru) объединяет возможности российских библиотек и научных организаций для корпоративного доступа к электронным базам данных научных периодических изданий, предлагаемых российскими и зарубежными издательствами и информационными агентствами.

**ООО «Фактор Плюс» (СПС «Консультант Плюс»)** [www.consultant.ru](http://www.consultant.ru) – это современная справочная система, обеспечивающая большое количество возможностей при работе с текстовыми правовыми документами. Программа предназначена для качественного оперативного снабжения правовой информацией юристов, а также других лиц, использующих в своей работе нормативно-правовую документацию.

**ООО «Компания АПИ «ГАРАНТ»** [www.garant.ru](http://www.garant.ru) Справочно-правовая система «Гарант» – это программное приложение для компьютера, в котором содержится полная, подвергнутая систематизации и постоянно обновляемая законодательная информация.

### **Международные базы данных научных изданий**

**Web of Science** <https://apps.webofknowledge.com> Наукометрическая реферативная база данных журналов и конференций. Позволяет получить доступ к большому объему исследовательской литературы мирового класса, связанной с тщательно отобранным списком журналов. Режим доступа: IP адреса университета

**Scopus** <https://www.scopus.com/search/> – это наукометрическая реферативная база данных, входящая в базу данных SciVerse компании Elsevier. SciVerse объединяет в себе материалы из коллекции рецензированной литературы SciVerse Scopus, собрания полнотекстовых статей SciVerse ScienceDirect, доступ к которой определяется условиями подписки. Режим доступа: IP адреса университета.

**zbMATH** <https://zbmath.org/> Реферативная база данных по чистой и прикладной математике

**Elsevier («Эльзевир»)** <https://www.elsevier.com/> – крупнейший в мире издатель научно-технической литературы и провайдер информационных решений в области науки и образования. Портфолио издательства представлено 2 500 журналами и 20 000 онлайн-книгами (полнотекстовая платформа [ScienceDirect](http://www.sciencedirect.com)), специализированными

реферативными базами данных: Scopus, Emabse, Engineering, а также инновационной системой анализа, оценки и принятия решений в научно-исследовательской деятельности SciVal. Режим доступа: IP адреса университета.

**Science Direct** <https://www.sciencedirect.com/> – это собрание полнотекстовых материалов, входящее в базу данных SciVerse компании Elsevier, крупнейшая мультидисциплинарная коллекция, способствующая инновациям и ускоряющая научную работу с проверенными данными. Режим доступа: IP адреса университета

Издательство **Springer** <https://link.springer.com/> – международная группа, занимающаяся выпуском научных, технических, медицинских книг и журналов. Springer издает и распространяет более 2,7 тыс. наименований научных и образовательных журналов по разным областям знаний. Режим доступа: IP адреса университета.

**Nature Journals** <https://www.nature.com/siteindex/> Полнотекстовая коллекция журналов Nature Publishing Group.

**Springer Nature Experiments** <https://experiments.springernature.com/> Коллекция научных протоколов по различным отраслям знаний.

**Springer Materials** <https://materials.springer.com/> Коллекция научных материалов в области физических наук и инжиниринга.

**Nano** <https://nano.nature.com/> База данных в области нанотехнологий, содержащая информацию о наноматериалах

**Проект Евклид** <https://www.projecteuclid.org/> Платформа для размещения различных научных материалов по теоретической и прикладной математике, а также по статистике. База данных содержит более 100 тыс. статей научных журналов в открытом доступе. Платформа является совместным проектом Библиотеки Корнелльского университета и Издательства университета Дьюка.

### 1. Интернет-ресурсы открытого доступа (Open Access)

**Официальный сайт науки и высшего образования РФ** <https://minobrnauki.gov.ru/>

**Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"** <http://window.edu.ru/> Ресурс обеспечивает свободный доступ к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов, к электронной библиотеке учебно-методических материалов для общего и профессионального образования и к ресурсам системы федеральных образовательных порталов, объединяет в единое информационное пространство электронные ресурсы свободного доступа для всех уровней образования в России.

**Базы данных ИНИОН РАН** <http://inion.ru/resources/bazy-dannykh-inion-ran/> Общий объём массивов составляет более 3 млн. 800 тыс. записей (данные на 30 января 2019 г.). Ежегодный прирост — около 100 тыс. записей. В базы данных включаются аннотированные описания книг и статей из журналов и сборников на 140 языках, поступивших в Фундаментальную библиотеку ИНИОН РАН.

**Университетская информационная система Россия** [uisrussia.msu.ru](http://uisrussia.msu.ru) Тематическая электронная библиотека и база для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук.

### Библиотеки России

Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина, г. Санкт-Петербург

Российская государственная библиотека (РГБ), г. Москва

Российская национальная библиотека (РНБ), г. Санкт-Петербург

[Государственная публичная научно-техническая библиотека России \(ГПНТБ\), г.Москва](#)  
[Государственная публичная научно-техническая библиотека Сибирского отделения Российской Академии наук \(ГПНТБ СО РАН\), г.Новосибирск](#)  
[Библиотека Российской академии наук \(РАН\), г.Москва](#)  
[Библиотека по естественным наукам РАН \(БЕН РАН\), г.Москва](#)  
[Фундаментальная библиотека ИНИОН РАН, г.Москва](#)  
[Центральная научная библиотека Дальневосточного отделения РАН, г.Владивосток](#)  
[Всероссийская государственная библиотека иностранной литературы им. М. И. Рудомино, г.Москва](#)  
[Государственная публичная историческая библиотека, г.Москва](#)  
[Российская государственная библиотека искусств, г.Москва](#)  
[Российская государственная библиотека для молодежи, г.Москва](#)  
[Научная библиотека Московского государственного университета \(МГУ\) им. М.В.Ломоносова](#)  
[Дальневосточная государственная научная библиотека \(ДВГНБ\), г. Хабаровск](#)

### **Образование и педагогические науки**

[Естественнонаучный образовательный портал](#)  
[Университетская информационная система России](#)  
[Федеральный портал «Российское образование»](#)  
[Национальная платформа открытого образования](#)  
[Наука и образование : журнал МГТУ им. Н.Э. Баумана](#)  
[Образование и наука : журнал](#)  
[Проект Государственного института русского языка им А.С. Пушкина «Образование на русском»](#)  
[ФУМО ВО](#)  
[Ленинградский государственный университет им. А.С. Пушкина](#)  
[Информационный центр «Библиотека им. К.Д. Ушинского»](#)  
[EDUTAINME – будущее образования и технологии, которые его меняют](#)

### **Психологические науки**

[Российская психология: информационно-аналитический портал](#)  
[Портал психологических изданий PsyJournals.ru](#)  
[Флогистон: библиотека по психологии](#)  
[Электронная библиотека Московского государственного психолого-педагогического университета \(ЭБ МГППУ\)](#)  
[Психология на русском языке: новости, библиотека, обучение, тесты](#)  
[Психологическая библиотека](#)

## **6. Методические рекомендации по дисциплине**

### **Методические рекомендации для преподавателя**

Весь курс целесообразно разделить на три раздела (модуля). В первом разделе следует рассмотреть вопросы самопознания личности, во втором – саморазвития, и в третьем- самореализации, самоактуализации личности. Особое место в процессе изучения курса необходимо отводить вопросам методологии самопознания личности и вопросам методологии саморазвития и самореализации личности. В процессе организации самостоятельной работы студенты ряд тем должны изучать самостоятельно, написать реферат, а также выполнить ряд заданий по самопознанию и самореализации личности.

### **Методические рекомендации по преподаванию дисциплины**

Изучение дисциплины студентами осуществляется в процессе работы на лекциях и практических занятиях и в ходе выполнения различных задач самостоятельно.

В процессе преподавания дисциплины применяются проблемные методы, принципы системности, единства эмпирического и концептуального познания, социализации и индивидуализации, рейтинговая технология, методы эмпирического и теоретического познания.

Организация самостоятельной работы студентов предусматривает как работу с литературными источниками, так и применение ими полученных знаний в процессе выполнения реферата или презентации по самопознанию с также изучения способности к самопознанию и самореализации с помощью тестов.

### **Рекомендации по формам контроля и организации самостоятельной работы студентов**

Программа действий преподавателя по созданию необходимых условий для управления самостоятельной работой студентов (СРС) по дисциплине предполагает:

- 1) выявление ожиданий студентов перед изучением дисциплины и формирование их мотивации к ее изучению;
- 2) информирование студентов в первую неделю начала семестра об особенностях СРС, требованиях к ней и характере их выполнения;
- 3) работа с тестами по самопознанию личности;
- 4) написание эссе;
- 5) определение литературы для конспектирования по темам дисциплины, предназначенным для самостоятельного изучения;
- 6) текущий контроль за конспектированием студентами лекций. Наличие конспекта лекций – условие допуска к зачету;
- 7) проведение промежуточного контроля с помощью рейтинговой технологии;
- 8) информирование студентов об их достижениях: осуществляется ежемесячно по количеству набранных баллов, а в конце – и на основе результатов использования теста;
- 9) определение перед зачетом личного рейтинга студентов.

В формировании учебно-познавательной культуры студентов можно выделить следующие направления.

1. Формирование у студентов позитивной мотивации к учебно-познавательной деятельности, вытекающей из а) признания огромной ценности знаний в жизни человека, б) из понимания того, что успешность в любой деятельности сегодня находится в прямой зависимости от знаний и степени овладения ими; в) из осознания того, что сама по себе учебно-познавательная деятельность – один из основных источников и ресурсов личности. Важнейшей составляющей позитивной мотивации студентов является правильное определение своего отношения к выбранной специальности, к своей будущей профессии. Мотивация студентов определяется также существующей системой вознаграждения за учебный труд и другими факторами.

2. Направление воспитания у студентов учебной культуры связано с формированием у них способности самоуправлять своей учебно-познавательной деятельностью. А это предполагает: выработку умений определять цели познавательной деятельности и средства их достижения, умений прогнозировать и планировать свою познавательную деятельность, а также осуществлять за нею постоянный самоконтроль и объективную самооценку ее результатов. В основе самоуправления познавательной деятельностью студентов лежит внешнее управление ею, но самоуправление студентов обладает относительной самостоятельностью. Каждому студенту очень важно понять, что достижение в жизни любых успехов в решающей мере зависит от уровня развития его способности к самоуправлению. Через самоуправление студентом своей учебно-

познавательной деятельностью реализуется волевое начало его личности, ибо самоуправляться – значит выполнять одни действия и ограничивать себя в отношении других действий. Управлять своей учебной деятельностью – значит целенаправленно усваивать общественно-исторический опыт, культуру и формировать свой индивидуальный опыт, свою личностную культуру.

Усвоение студентом культуры, знаний, информации обеспечивается использованием учебной технологии, включающей следующие этапы:

1. Целенаправленное восприятие информации (на лекциях, при чтении научной и учебной литературы и т.д.), т.е. первичное ознакомление с учебным материалом;

2. Осмысление учебного материала

3. Специальная работа по закреплению и запоминанию информации;

4. Определение своего отношения к усвоенной информации через критическое отношение к ней. Результатом этой духовной работы студента должно быть: либо принятие определенных знаний и превращение их в собственное убеждение, либо неприятие и отрицание их;

5. Использование студентом усвоенного знания в своей познавательной и практической деятельности.

Представленная здесь общая технология усвоения студентом научных знаний выступает как основа его учебно-познавательной культуры, как формула успеха в учебной деятельности. Все знания, которые усваиваются студентами в процессе учебы, делятся на: предметные знания, оценочные, методологические, технологические и проектные.

Усвоение студентами знаний «запускается» целями и задачами, которые педагоги ставят перед студентами. Решение этих задач предполагает определенные учебные действия студентов. Это: 1) осознание цели решения задачи; 2) построение плана поиска решения; 3) поиск вариантов решения; 4) оценку полученного результата решения.

3. Направление когнитивного воспитания студентов связано с овладением ими культурой развития таких познавательных способностей человека как восприятие, внимание, память, мышление, воображение. Одна из причин неуспеваемости студентов – это низкий уровень культуры развития познавательных процессов, невладение рациональными способами их развития.

Одной из форм мыслительной деятельности студентов является рефлексия. Рефлексия в процессе учения нацелена, прежде всего, на предметное самопознание своих познавательных способностей, своей учебно-познавательной деятельности и на самооценку этой деятельности. Адекватная самооценка студентом своего учения – важнейшее условие ее продуктивности, успешности, основа самопроектирования этой деятельностью и самоуправления ею.

4. Направление воспитания у студентов когнитивной культуры связано с их работой: на лекциях и практических занятиях, с подготовкой к зачетам и экзаменам и с работой с учебной и научной литературой.

Курс «Основы самопознания и самореализации личности» нацелен на воспитание у студентов таких качеств как: потребность в поиске истины, познавательный интерес, самоуправляемость, целеустремленность, самоорганизованность и самодисциплинированность, уверенность в себе, систематичность и регулярность в работе, креативность, потребность применять полученные знания на практике, ответственность за результаты своей учебно-познавательной деятельности перед самим собой, коллективом, близкими, обществом. Воспитание студентами этих качеств – основное направление их когнитивного самовоспитания.

Воспитание и самовоспитание студентов в учебно-познавательной деятельности или их когнитивное воспитание следует рассматривать как основное направление их профессионального воспитания и самовоспитания в ВУЗах.

## Методические указания обучающимся

### Требования к написанию реферата

Реферат – первая ступень на пути освоения навыков проведения научно-исследовательской работы. Он представляет собой научно-исследовательскую работу теоретического характера, первый шаг на пути к квалификационной работе. Прежде чем проводить собственное экспериментальное исследование, необходимо сориентироваться в проблеме и ознакомиться с опубликованными научными данными. Для этого и служит реферат — работа с источниками информации по анализу, сравнению и обобщению данных, полученных другими исследователями по выбранной теме. Важно, что в процессе написания реферата формируется собственный взгляд на проблему.

#### 1. Содержание реферата

Реферат содержит название, оглавление, введение, основную часть, выводы, заключение и список использованной литературы. **Название реферата** располагается на первом, титульном листе. В названии должна быть отражена суть рассматриваемой проблемы. В нем содержатся ключевые слова (наименования психологических понятий и явлений), связанные с изучаемой проблемой, и указания на тематические рамки, которыми вы собираетесь ограничиться в работе. **Содержание** помещается на второй странице реферата и отражает его структуру. После цифр, обозначающих пункт плана, указываются их названия. Обязательно следует указать номера страниц. На самой странице с содержанием, как и на титульном листе, номер не проставляется.

Во **Введении** необходимо рассмотреть актуальность темы с точки зрения современной науки, нынешнего состояния общества и культуры. Следует указать место обозначенной проблемы среди других, как частных, так и более общих, а так же избранное вами направление ее рассмотрения. Введение оканчивается формулированием цели и задач вашего исследования. Цель реферата может заключаться в том, чтобы обобщить или сравнить различные подходы к рассмотрению проблемы, выявить наименее или наиболее изученные ее стороны, показать основной смысл исследовательского направления, наметить пути его дальнейшего развития. Задачи (их может быть несколько) отражают более детальное рассмотрение цели. В качестве задач могут выступать: анализ литературы по избранной теме, сравнение различных подходов к решению проблемы, исторический обзор, описание основных понятий исследования и т.д.

**Основная часть** посвящена самому исследованию. В ней, в соответствии с поставленными задачами, раскрывается тема реферата. Здесь нужно проследить пути решения поставленной проблемы. Это делается с помощью цитирования и пересказа текста используемых вами литературных источников. Собственные слова, как правило, здесь нужны для смысловых связей и для высказывания своего отношения к позиции автора. При подготовке реферата важно научиться выделять главное в текстах первоисточников, с которыми вы работаете. Прежде всего, надо понять название монографии или статьи, потому что именно в нем, как правило, концентрируется основная идея автора. Затем посмотреть оглавление и предметный указатель (чтобы понять, есть ли в книге то, что вам нужно). Потом следует найти те части текста, которые содержат ключевые положения изучаемой научной проблемы, причем изложить не только выводы авторов, но и те исследования, которые к ним привели. Для написания Основной части требуется особенно тщательно выделять из прочитанных научных текстов главные положения, относящиеся к проблеме, а затем кратко, логично и литературно грамотно их излагать. С этой целью полезно идти от общего к частному: название и ключевые понятия теории, ее автор, когда была предложена и почему, к каким результатам привела, кем и как критиковалась, кто дополнял и развивал ее, каково современное состояние проблемы. При этом мнения разных авторов вы можете приводить дословно, заключая их в кавычки и делая ссылки (в конце цитируемого предложения в квадратных скобках пишется номер и страница цитируемого источника в соответствии со списком литературы в конце реферата, например, [4,с.86]), а можете передавать их своими словами, тоже указывая



литературный источник, но без указания страницы (например, [5]; если вы одновременно ссылаетесь на нескольких авторов без цитирования, то надо перечислить источники (например, [2,3,6]). Текст, взятый у другого автора без обозначения ссылки, считается плагиатом. Основная часть может представлять собой цельный текст, а может состоять из нескольких параграфов, начинающихся пронумерованным подзаголовками. Для иллюстрации основного содержания можно использовать рисунки, схемы, графики, таблицы.

**Выводы** завершают основную часть. В них кратко излагаются основные результаты работы по пунктам, соответствующим задачам исследования и отражается ваше мнение о результатах сравнения или обобщения позиций авторов. В Выводах должно быть показано, что цель вашего исследования достигнута. Заключение представляет собой общий итог работы с кратким перечислением выполненных вами этапов исследования. Например, здесь может быть сказано, что, сравнив точки зрения отечественных и зарубежных исследователей (можно коротко обозначить эти точки зрения), вы проследили развитие научных представлений и выделили наиболее перспективные (назвать, какие именно) подходы к решению обозначенной проблемы. Здесь же можно сказать о путях дальнейшего ее исследования, о возможностях практического применения полученных результатов и т.д.

**Библиография.** Поиск необходимой научной литературы является важнейшей частью выработки навыков самостоятельной научной работы студента и базовой основой любого научного исследования. Для этого требуется умение поиска информации по темам, ключевым словам и фамилиям авторов в электронной библиотеке своего вуза. вниманием такую мощную информационную систему как Интернет. На его сайтах вы можете найти новые, только что изданные книги, статьи(и не только на русском языке).Для поиска литературы по теме можно использовать рефераты из Интернета. Просматривая выбранную книгу, статью, автореферат диссертации, обратите внимание, на какие источники ссылается автор: возможно, их тоже стоит проанализировать. Прежде, чем приступить к непосредственной работе над источниками, проконсультируйтесь по поводу их выбора со своим научным руководителем. Список использованной литературы должен быть выстроен в алфавитном порядке. Литературу на иностранных языках принято помещать после литературы на русском языке, тоже в алфавитном порядке. В конце следуют источники из Интернета с указанием режима доступа.

## **2. Оформление реферата**

Реферат обычно содержит 10-12 страниц печатного текста (или 15-20 страниц рукописного текста). Количество страниц зависит от объективной сложности раскрытия темы и доступности литературных источников. Формат бумаги А4, кегль 14, межстрочный интервал 1,5. Поля: левая - 3см, правая -1см, сверху -2,5 см, снизу - 2см. Оглавление, Введение, Заключение, Литература обычно занимают по 1—2 странице. Первый лист реферата — титульный. На титульном листе и оглавлении номера страниц не ставятся, хотя и учитываются. Начиная с введения, номер проставляется сверху по центру страницы.

## **3. Критерии оценки реферата**

При написании реферата надо учитывать, что, оценивая реферат, преподаватель обычно использует следующие критерии:

- умение сформулировать цель работы;
- умение подобрать научную литературу по теме;
- полнота и логичность раскрытия темы;
- самостоятельность мышления;
- стилистическая грамотность изложения;
- корректность выводов;
- правильность оформления работы.

## **Методические рекомендации по созданию электронных презентаций**

Проект-презентация предполагает самостоятельную деятельность учащихся: индивидуальную, парную, групповую. Написание презентации – большая, кропотливая и полезная работа, так как приводит в порядок мысли, классифицирует материал, позволяет вскрыть «узкие» места. Создание электронных презентаций позволяет студенту значительно повысить информативность и эффективность самостоятельного усвоения учебного материала.

Наиболее распространенные прикладные программы для подготовки электронных презентаций, как **CorelPresentation 9** (пакет Corel'sOfficeSuiteforLinux), **Presentation** (пакет StarOffice фирмы StarDivisionGmbH), **MicrosoftPowerPoint** (пакет MSOffice).<sup>1</sup>

## **Основные принципы разработки электронных презентаций<sup>2</sup>**

**1. Оптимальный объем.** Наблюдения показывают, что наиболее эффективен зрительный ряд объемом не более 15-20 слайдов. Зрительный ряд из большого числа слайдов вызывает утомление, отвлекает от сути изучаемых явлений. Не должно быть "лишних" слайдов, которые не сопровождаются пояснением. Необходимо исключить дублирующие, похожие слайды.

**2. Доступность.** Нужно обеспечивать понимание смысла каждого слова, предложения, понятия, раскрывать их, опираясь на знания и опыт учащихся, использовать образные сравнения.

Если для взрослой аудитории можно включать в презентацию схемы, графики, черно-белые фотографии, то для младших школьников нужно этих элементов избегать. Если в первом случае допустимо включать числовые значения величин, то во втором это должны быть преимущественно величины сравнительные.

**3. Научность.** Яркие картинки не должны противоречить реальным фактам. Недопустимо добиваться красочности, изменения масштабов изображений и т.п. в ущерб научной достоверности.

**4. Разнообразие форм.** Это требование предполагает реализацию индивидуального подхода к обучаемому, учета индивидуальных возможностей восприятия предложенного учебного материала. Разные люди в силу своих индивидуальных особенностей воспринимают наиболее хорошо информацию, представленную разными способами. Кто-то лучше воспринимает фотографии, кто-то схемы или таблицы и т. д.

**5. Учет особенности восприятия информации с экрана.** В учебных презентациях желательно свести текстовую информацию к минимуму, заменив ее схемами, диаграммами, рисунками, фотографиями.<sup>3</sup> Кроме того, понятия и абстрактные положения до сознания обучаемых доходят легче, когда они подкрепляются конкретными фактами, примерами и образами; и потому для раскрытия их необходимо использовать различные виды наглядности.

**6. Занимательность.** Включение (без ущерба научному содержанию) в презентацию смешных сюжетов, мультипликационных героев, оживляет занятие, создает положительный эмоциональный настрой, что способствует усвоению материала и более прочному запоминанию.

**7. Красота и эстетичность.** Немаловажную роль играют цветовые сочетания и выдержанность стиля в оформлении слайдов, музыкальное сопровождение.

**8. Динамичность.** Необходимо подобрать оптимальный для восприятия темп смены слайдов, анимационных эффектов.

### **Общая характеристика основных структурных элементов презентации**

---

<sup>1</sup>Ефремов В.С. Методические рекомендации по созданию электронных презентаций. URL: <http://it-edu.narod.ru/ict.files/lec.3.3.doc>.

<sup>2</sup>Молева О.В. Принципы создания электронных презентаций в среде Power Point XP для аудиторных занятий URL: <http://www.astronet.ru/db/msg/1197730/25.html>.

Основной единицей электронной презентации в среде PowerPoint является *слайд*, или кадр представления учебной информации, учитывающий эргономические требования визуального восприятия информации.

Каждая электронная презентация, с одной стороны, должна быть в значительной степени автономным программным продуктом, а с другой — отвечать некоторым общим стандартам по своей внутренней структуре и форматам содержащихся в ней исходных данных (формат рисунков, дизайн таблиц и т.п.). Обязательными **структурными элементами**, как правило, являются:<sup>4</sup>

- титульный слайд;
- оглавление;
- учебный материал (включая текст, схемы, таблицы, иллюстрации, графики);
- информационные ресурсы по теме.

При этом содержательное наполнение указанных слайдов может быть прокомментировано следующим образом.

**Титульный слайд** должен включать:

- название темы;
- информацию об образовательном учреждении;
- сведения об авторе;
- дату разработки;
- информацию о местоположении информации в сети, на локальном компьютере и имя файла.

**Оглавление** является очень важным структурным элементом презентации. С одной стороны, оно должно быть достаточно подробным, чтобы обеспечивать оперативный доступ (через гипертекстовые ссылки) к ее сравнительно небольшим содержательным частям, с другой стороны, максимально обозримым, т.е. находиться на одном слайде. Практика показывает, что таким требованиям, как правило, удовлетворяет двухуровневое оглавление (разделы и подразделы).

Оглавление может представлять сокращенное графически-текстовое изображение содержания, помогающее понять структуру учебного материала, идеи, заложенные в нем, и сопоставляющее отдельные фрагменты содержания презентации с некими графическими образами, способствующими ассоциативному запоминанию.

**Учебный материал** в электронной презентации, как правило, представлен в краткой форме, что имеет достаточно веские основания для существования наряду с полным учебным материалом. Такое представление дает качественно иной ракурс для рассмотрения содержания, что достаточно эффективно как на этапе ознакомления с темой, так и на этапе обобщения и систематизации учебного материала.

Изложение содержания материала может осуществляться в виде текста, рисунков, таблиц, графиков и т.п. При этом графическое представление учебного материала позволяет передать необходимый объем информации при краткости его изложения.

Каждый слайд, презентующий материал, как правило, содержит:

- область отображения местоположения страницы в контенте презентации;
- одно или несколько текстовых полей. Текст может включать небольшие графические вставки (формулы, графики, таблицы и т.п.);
- область для размещения элементов управления на странице.

Следует выделить наиболее общие требования к средствам, формам и способам представления содержания учебного материала в электронной презентации:

- сжатость и краткость изложения, максимальная информативность текста;
- объединение семантически связанных информационных элементов в целостно воспринимающиеся группы;

- каждому положению (каждой идее) должен быть отведен отдельный абзац текста;
- основная идея абзаца должна находиться в самом начале (в первой строке абзаца). Это связано с тем, что лучше всего запоминаются первая и последняя мысли абзаца;
- предпочтительнее использование табличного (матричного) формата предъявления материала, который позволяет представить материал в компактной форме и наглядно показать связи между различными понятиями;
- при проектировании характера и последовательности предъявления учебного материала должен соблюдаться принцип стадийности: информация может разделяться в пространстве (одновременное отображение в разных зонах одного слайда) или во времени (размещение информации на последовательно демонстрируемых слайдах);
- вся вербальная информация должна тщательно проверяться на отсутствие орфографических, грамматических и стилистических ошибок;
- графика должна органично дополнять текст.

**Информационные ресурсы по теме** представляют собой, прежде всего, перечень источников информации, как на бумажных носителях, так и электронных (CD-ROM, Интернет-ресурсы), используемых при подготовке презентации. Список ресурсов может содержать обязательные и дополнительные источники информации, предлагаемые учащимся для самостоятельного изучения отдельных вопросов по теме презентации.

### **Рекомендации по использованию элементов оформления презентации**

Одним из основных компонентов дизайна презентации, на наш взгляд, является учет физиологических особенностей восприятия цветов и форм. К наиболее значимым из них относят:<sup>5</sup>

- стимулирующие (теплые) цвета способствуют возбуждению и действуют как раздражители (в порядке убывания интенсивности воздействия): красный, оранжевый, желтый;
- дезинтегрирующие (холодные) цвета успокаивают, вызывают сонное состояние (в том же порядке): фиолетовый, синий, голубой, сине-зеленый; зеленый;
- нейтральные цвета: светло-розовый, серо-голубой, желто-зеленый, коричневый;
- сочетание двух цветов — цвета знака и цвета фона — существенно влияет на зрительный комфорт, причем некоторые пары цветов не только утомляют зрение, но и могут привести к стрессу (например, зеленые буквы на красном фоне);
- составление цветовой схемы презентации начинается с выбора трех главных функциональных цветов. Цветовая схема должна быть одинаковой на всех слайдах. Это создает у обучающегося ощущение связности, преемственности, стильности, комфортности;
- при выборе шрифтов для вербальной информации следует учитывать, что прописные буквы воспринимаются тяжелее, чем строчные; отношение толщины основных штрихов шрифта к их высоте ориентировочно составляет 1:5; наиболее удобочитаемое отношение размера шрифта к промежуткам между буквами: от 1:0,375 до 1:0,75;
- наиболее хорошо воспринимаемые сочетания цветов шрифта и фона: белый на темно-синем, лимонно-желтый на пурпурном, черный на белом, желтый на синем;
- белое пространство признается одним из сильнейших средств выразительности, малогабаритный набор — признаком стиля;
- любой фоновый рисунок повышает утомляемость глаз обучаемого и снижает эффективность восприятия материала;

- фон является элементом заднего (второго) плана, должен выделять, оттенять, подчеркивать информацию, находящуюся на слайде, но не заслонять ее;
- большое влияние на подсознание человека оказывает мультипликация. Ее воздействие гораздо сильнее, чем действие обычного видео. Четкие, яркие, быстро сменяющиеся картинки легко «впечатываются» в подсознание. Причем, чем короче воздействие, тем оно сильнее;
- любой нерелевантный движущийся (анимированный) объект понижает восприятие материала, оказывает сильное отвлекающее воздействие, нарушает динамику внимания;
- включение в качестве фонового сопровождения нерелевантных звуков (песен, мелодий) приводит к быстрой утомляемости обучаемых, рассеиванию внимания и снижению производительности обучения.

Учет указанных особенностей оформления презентации в значительной степени влияет на эффективность восприятия представленной в ней информации.

### **Кроссворд**

**Кроссворд** – удобная форма активизации мышления студентов. В процессе подготовки кроссворда студенту необходимо тщательно прорабатывать теоретический и практический материал, обращаться не только к лекциям и учебникам, но и к дополнительной и справочной литературе. В ходе такой проработки и отбора материала студент, без сомнения, более глубоко усваивает уже полученный материал и приобретает дополнительную информацию, которая постепенно накапливается, формируя более высокий уровень знаний. В то же время нестандартная форма задания стимулирует нестандартный подход к выполнению данного задания, следовательно, активизируется не только познавательная деятельность, но и творческое начало будущих специалистов. Целесообразно кроссворд использовать как форму рубежного контроля по окончании изучения материала модуля.

В курсе освоения дисциплины составление тематических кроссвордов – удобная и эффективная форма рубежного контроля по окончании изучения модулей. Опыт использования такой формы работы показывает, что в основном студенты неформально подходят к выполнению данного задания. Можно выделить следующие преимущества использования кроссвордов как формы рубежного контроля:

- 1) повторение изученного материала с выходом на более глубокий уровень проработки;
- 2) освоение студентами базовых понятий дисциплины;
- 3) расширение активного словарного запаса;
- 4) творческая и исследовательская работа над словом; приобретение практических навыков правильного и точного формулирования вопросов и заданий и как итог – развитие грамотной культурной речи;
- 5) творческое отношение к заданию, способствующее развитию креативного мышления студентов, выработке ими нестандартного решения;
- 6) повышение интереса к дисциплине и равнодушие к результатам своей работы.

Таким образом, использование такой формы работы, как составление тематических кроссвордов, позволяет добиться более качественного усвоения материала дисциплины при повышении заинтересованности студентов в результатах работы и развитии их творческого потенциала. Объем кроссворда - 80 терминов (40 – по горизонтали и 40 по вертикали)

### **Написание эссе на заданную тему**

Эссе – это краткая научная работа студента, в которой студент должен раскрыть один узкий проблемный вопрос. Отличие эссе от других научных работ студентов – в его краткости, лаконичности изложения материала на предложенную тему. Эссе сравнимо с устными высказываниями студентов по определенному научному вопросу на семинарах

или докладом. В эссе студент выражает собственное мнение, обосновывая его ссылками на учебную и научную литературу. Наличие авторской позиции, собственного отношения к вопросу в эссе обязательно. В эссе не требуется глубоко исследовать научную доктрину, сравнивать научные концепции и взгляды, если это только прямо не предусмотрено выбранной темой эссе. Эссе выполняется по одной из предложенных тем. Эссе – литературное произведение (связный текст), отражающий позицию автора по какому-либо актуальному вопросу (проблеме). Эссе также может быть написано на спорную тему (аргументированное эссе): в этом случае автор защищает некий тезис, относительно которого можно привести доводы «за» и «против».

Цели аргументированного эссе:

- 1) убедить аудиторию в определенной точке зрения и склонить ее на свою сторону. В этом случае особое внимание уделяется контраргументации противоположной позиции.
- 2) Сформировать систему аргументов, обосновывающих предпочтительность позиции, выбранной автором.

В ходе написания эссе автор ведет диалог с предполагаемым читателем (оценивает предположения, подбирает утверждения и доказательства, выявляет скрытые аргументы и противоречия), в котором обосновывает, почему одна точка зрения является более предпочтительной, чем другая (другие). Автор должен исходить из того, что читатель изначально может не соглашаться с его мнением.

Можно воспользоваться следующей структурой эссе:

**Введение:** в нем формулируется тема, обосновывается ее актуальность, раскрывается расхождение мнений, обосновывается структура рассмотрения темы, осуществляется переход к основному суждению.

**Основная часть:** представляются суждения (аргументы), которые выдвигает автор (обычно, 2-3), определяются основные понятия, используемые при выдвижении суждений, доказательства и поддержка (факты и примеры); рассматриваются контраргументы или противоположные суждения (необходимо показать, почему они слабы, а утверждение автора остается в силе).

**Заключение:** повторяется основное суждение, резюмируются аргументы в защиту основного суждения (одно-два предложения), формулируется общее предупреждение о последствиях непринятия выдвигаемого суждения; дается общее заключение о полезности данного утверждения.

#### **Требования к оформлению эссе:**

1. Эссе выполняется в печатном виде на отдельных листах формата А4, 14 шрифт, Times New Roman, полуторный интервал.
2. Титульный лист и список использованной литературы (не менее 3 источников) обязателен.
3. Объем эссе должен составлять 4-5 страниц (не более) печатного текста, включая титульный лист и список литературы.

#### **Критерии оценивания выполненной работы:**

самостоятельность выполнения, наличие личностной позиции автора, логичность, содержательность, оригинальность, аргументированность, соответствие содержания эссе выбранной теме, культура речи автора, правильность оформления, объем использованной литературы.

### **7. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- для слепых и слабовидящих:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.
- для глухих и слабослышащих:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
  - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
  - экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
  - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
  - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
  - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- для слепых и слабовидящих:
  - в печатной форме увеличенным шрифтом;
  - в форме электронного документа;
  - в форме аудиофайла.
- для глухих и слабослышащих:
  - в печатной форме;
  - в форме электронного документа.
- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
  - в печатной форме;
  - в форме электронного документа;
  - в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения.

## **8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Научная библиотека АГУ (каждый обучающийся обеспечен доступом к ЭБС «Университетская библиотека online», содержащей издания по основным изучаемым

дисциплинам; ЭБС обеспечивает возможность индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет); поточно-лекционные аудитории, аудитории для практических и семинарских занятий, компьютерный класс, специализированный кабинет, оборудованный стационарным мультимедиа проектором, интерактивной доской.

- Комплект лицензионного и свободного распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства.

Внедрение современных технологий обучения обеспечивается:

- **аудиовизуальными техническими средствами:**
  - Мультимедийный проектор,
  - Интерактивная доска.
  - Видеокамеры;
  - Аудиовоспроизводящая техника;
- **использованием современного системного и инструментального программного обеспечения:**
  - Windows 2003/XP, 2007/ XP ,2010, программы для обработки звука и изображений;
- **наличием необходимого прикладного программного обеспечения:**
  - программы тестирования и контроля знаний
- **реализацией средств компьютерных коммуникаций:**
  - локальной сети вуза (учетно-контрольные, информационные и вычислительные задачи);
  - Российской сети Рунет (образовательные задачи дистанционного обучения)
  - Всемирной компьютерной сети Интернет (информационные задачи);
- **использованием информационных технологий:**
  - подготовки и проведения компьютерного тестирования;
  - подготовки и проведения лекционных и практических занятий в виде презентаций (использование программы «PowerPoint»).

1	Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN...	Microsoft Open License	48824880
2	Microsoft Office 2013 Russian Academic OPEN...	Microsoft Open License	61393641
3	Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN...	Microsoft Open License	46408087
4	Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN...	Microsoft Open License	43192897



### 9. Лист регистрации изменений

[illegible]

