АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ "МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ МГИМО-МЕД"

«УТВЕРЖДАЮ»
Проректор МГИМО-МЕД



_____Е.Н. Гужвина
«25» марта 2026 г.

Рабочая программа дисциплины
САМОРАЗВИТИЕ

Направление подготовки
31.05.01 Лечебное дело

Форма обучения
очная

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 05487FDD00F7B278BF4C49EFD0A02509EE
Владелец: Гужвина Елена Николаевна
Действителен: с 09.06.2025 до 09.06.2026

г.о. Одинцовский, д. Лапино – 2026

Учебная программа по дисциплине «Саморазвитие» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (утвержден приказом Министерства науки и высшего образования 12 августа 2020 г. №988).

Автор программы: Лобза Ольга Валерьевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ. 4
2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ 6
3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ 6
4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ 7
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) 7
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам) . 10
4.3. Содержание самостоятельной работы обучающихся 21
5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ, ИНФОРМАЦИОННОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ 28
5.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины 28
5.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины 30
6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ТЕКУЩЕМУ КОНТРОЛЮ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (ПРИМЕРЫ)* 31
6.1. Таблица критериев оценки форм текущего контроля успеваемости .. 31
6.2. Организация промежуточной аттестации обучающихся 34
6.3. Список вопросов для подготовки к текущему контролю и прохождения промежуточной аттестации по дисциплине «Саморазвитие» 35
7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ 37
8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ 37
9. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ВНЕСЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ 38

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цели изучения дисциплины - сформировать представление об особенностях самопознания и саморазвития личности, о способах саморегулирования, возможных перспективах личностного роста и профессионального развития.

Задачи изучения дисциплины:

- формирование представления о психологических основах и движущих силах саморазвития личности;
- изучение теоретических основ профессионально-личностного саморазвития;
- изучение способов анализа собственного профессионального и личностного развития, средств и способов самопознания и самодиагностики;
- формирование мотивации непрерывного профессионального и личностного саморазвития.
- помощь в определении индивидуальных особенностей, способствующих или препятствующих саморазвитию;
- повышение общего интеллектуального, профессионального и творческого уровня развития личности.

Процесс изучения дисциплины «Саморазвитие» направлен на формирование и развитие следующих компетенций:

Коды компетенции*	***Содержание компетенций***	***Индикаторы достижения компетенций***	***Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (в соответствии с профессиональными стандартами (при наличии)***
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенство	ИУК-6.1. Оценивает собственные ресурсы, планирует их оптимальное использование и анализирует	**Знать:** собственные профессиональные интересы, склонности и качества, приемы самоконтроля и самоанализа, методы анализа полученных результатов

	вания на основе самооценки и образования в течение всей жизни	полученные результаты в контексте повседневной жизни и профессиональной деятельности	**Уметь:** адекватно оценивать и распределять собственные ресурсы, оценивать их пределы, проводить личностный критический анализ **Владеть:** навыком оптимального использования собственных ресурсов для успешной повседневной жизни и профессиональной деятельности
		ИУК-6.2. Определяет приоритеты профессионального и личностного роста, владеет способами совершенствования собственной деятельности на основе самооценки и самоанализа	**Знать:** основы планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда; основы планирования личностного роста **Уметь:** расставлять приоритеты профессиональной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; планировать самостоятельную деятельность в решении профессиональных задач; находить и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития и самообразования **Владеть:** навыками

			выявления стимулов для саморазвития и самообразования; навыками определения реалистических целей профессионального и личностного роста

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Саморазвитие» относится к факультативной части дисциплин ФТД.01.

Изучение дисциплины ***основано на знаниях***, полученных обучаемыми при изучении дисциплин «Нормальная анатомия человека», «Безопасность жизнедеятельности».

Умения и навыки, полученные в ходе изучения дисциплины «Саморазвитие» являются важным блоком знаний в ряду изучения всех дисциплин настоящей образовательной программы.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 1 семестре (в соответствии с учебным планом).

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа.

Вид учебной работы	**Всего часов**	**Семестры**
		1
Аудиторные занятия, в т.ч.	**34**	**34**
Лекции	16	16
Практические занятия	18	18
Самостоятельная работа обучающегося (подготовка к занятиям, текущему и промежуточному контролю)	**38**	**38**
Вид промежуточной аттестации:	**зачет**	зачет

экзамен (Э), зачет (З)			
Итого общая трудоемкость	**часов**	**72**	**72**
	з.е.	**2**	**2**

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

СЕМЕСТР 1

№	Вид занятий	Тема занятия	Кол-во часов	Всего	Формы контроля*
1.	Лекция 1	Тема 1. Человек как субъект развития и саморазвития	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
2.	Практическое занятие 1	Тема 1. Человек как субъект развития и саморазвития	2		Присутствие, комбинированный устный опрос, решение кейса, проверка практических навыков
3.	Лекция 2	Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
4.	Практическое занятие 2	Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	2		Присутствие, комбинированный устный опрос, решение кейса, тестирование в электронной форме, проверка практических

					навыков, упражнения на саморазвитие
5.	Лекция 3	Тема 3. Саморазвитие как процесс	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
6.	Практическое занятие 3	Тема 3. Саморазвитие как процесс	2		Присутствие, комбинированный опрос, решение кейса, проверка практических навыков, психологическая диагностика, социально-психологический тренинг
7.	Лекция 4	Тема 4. Стратегии саморазвития	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
8.	Практическое занятие 4	Тема 4. Стратегии саморазвития	2	2	Присутствие, комбинированный устный опрос, решение кейса, фокус-группы
9.	Лекция 5	Тема 5. Диагностика саморазвития и самопознание	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
10.	Практическое занятие 5	Тема 5. Диагностика саморазвития и самопознание	2		Присутствие, комбинированный опрос, решение кейса, проверка практических навыков, упражнения на саморазвитие,

					тестирование в анкетной форме
11.	Лекция 6	Тема 6. Профессиональное саморазвитие личности	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
12.	Практическое занятие 6	Тема 6. Профессиональное саморазвитие личности	2		Присутствие, комбинированный опрос, решение кейса, проверка практических навыков, тестирование в электронной форме, упражнения на саморазвитие
13.	Лекция 7	Тема 7. Социально-психологический тренинг как инструмент саморазвития	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
14.	Практическое занятие 7	Тема 7. Социально-психологический тренинг как инструмент саморазвития	2		Присутствие, максимальная активность при выполнении упражнений по саморазвитию в треннге
15.	Лекция 8	Тема 8. Коучинг как инструмент саморазвития	2	4	Присутствие, вопросы по теме лекции
16.	Практическое занятие 8	Тема 8. Коучинг как инструмент саморазвития	2		Присутствие, максимальная активность при выполнении упражнений по саморазвитию в групповом

					коучинге
Промежуточная аттестация по дисциплине «Саморазвитие»			**2**	**2**	Вопросы для подготовки к зачету
Всего часов за семестр:			**34**		-

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

№	Шифр компетенции	Вид занятий	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание раздела и темы в дидактических единицах
1	**2**	**3**	**4**	**5**
СЕМЕСТР 1				
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 1. Человек как субъект развития и саморазвития	Человек. Субъект. Личность. Развитие. Саморазвитие. Объективные и субъективные факторы развития личности. Внутренний мир человека как фактор достижения вершины его развития. Проблема саморазвития в работах А. Маслоу. Развитие и познание человека в работах Б.Г. Ананьева. Образ "Я" и самореализация личности. Личность как субъект жизни. Стратегия жизни человека как субъекта.
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 1. Человек как субъект развития и саморазвития	Человек. Субъект. Личность. Развитие. Саморазвитие. Объективные и субъективные факторы развития личности.

				Внутренний мир человека как фактор достижения вершины его развития. Проблема саморазвития в работах А. Маслоу. Развитие и познание человека в работах Б.Г. Ананьева. Образ "Я" и самореализация личности. Личность как субъект жизни. Стратегия жизни человека как субъекта.
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	Отечественные подходы к изучению проблемы саморазвития. Б.Г.Ананьев о значении общественного опыта в развитии личности. Концепция отношений личности В.Н.Мясищева. Понятие «социальная установка» Д.М.Узнадзе. Механизмы регуляции социально ориентированного поведения в теории Ш.А.Надирашвили. Проблема саморегуляции, представленная Л.И.Анциферовой. Проблема активности личности, жизненной стратегии в трудах К.А.Абульхановой-Славской. Зарубежные

				подходы к изучению проблемы саморазвития. Понятие «аттитюд». Концепция М.Рокича: понятие «Я», ценности и аттитюды. Типология аттитюдов по М.Фишбейну (аттитюд к действию, аттитюд к объекту). Роль самоактуализации в работах А.Маслоу. Развитие Я-концепции в теории личности К.Роджерса. Роль судьбы и отношения к ней человека по В.Франклу. Понятие личностного роста в психологии саморазвития. Личностный рост или актуализация «Я» по К.Роджерсу. Взгляд А.Маслоу в понимании личностного роста. Личностный рост по В.Франклу. Понимание личностного роста К.Юнгом, А.Адлером, Э.Эриксоном, А.Менегетти.
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 2. Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	Отечественные и зарубежные подходы к изучению проблемы саморазвития.

	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 3. Саморазвитие как процесс	Формы саморазвития. Самоутверждение. Мотивы самоутверждения. Самосовершенствование. Роль самовоспитания. Самоактуализация. Характеристика самоактуализирующейся личности по А.Маслоу. Механизмы саморазвития. Самопринятие как механизм саморазвития. Условия самопринятия. Самопрогнозирование личности. Характеристики самопрогнозирования: содержание и направленность; определенность и неопределенность; устойчивость; временные характеристики. Группы самопрогнозов (ситуативные, перспективные, жизненно-целевые).
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 3. Саморазвитие как процесс	Самостимулирование, самопрограммирование, самоинструктирование, самоконтроль, самоотчет. Барьеры саморазвития: отсутствие самостоятельности; прошлый негативный

				опыт; стереотипы, шаблоны в поведении, ригидность; социальное влияние; неразвитые способности к самопознанию; несформированность механизмов саморазвития; отсутствие навыков самовоспитания.
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 4. Стратегии саморазвития	Стратегии саморазвития. Социальный опыт как условие развития личности. Мировоззрение личности. Жизненная позиция. Образ жизни (активность или выжидание). Самовоспитание как средство саморазвития.
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 4. Стратегии саморазвития	Стратегии саморазвития. Социальный опыт как условие развития личности. Мировоззрение личности. Жизненная позиция. Образ жизни (активность или выжидание). Самовоспитание как средство саморазвития.
	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 5. Диагностика саморазвития и самопознание	Диагностика способности к саморазвитию. Оценка уровня самоактуализации по опроснику А.Шострома.

				Методика «Мотивация аффилиации» (А.Меграбян и М.Ш.Магомед-Эминов). Методика определения индекса жизненной удовлетворенности. Изучение индивидуальных тенденций саморазвития – тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А.Леонтьева. Упражнение с идеальной моделью. Разработка индивидуальной программы самовоспитания (на примере программы самовоспитания С.Б.Елканова). Техники саморазвития. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем. Метод, ориентированный на реконструкцию будущего Ф.Мелджеса. Обучение аутогенной тренировке. Автопортрет как метод саморегуляции личности. Психическая саморегуляция («Зарядка позитивного мышления»).
).	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 5. Диагностика	1. Изучение индивидуальных

			саморазвития и самопознание	тенденций саморазвития – тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А.Леонтьева. 2. Упражнение с идеальной моделью. 3. Разработка индивидуальной программы самовоспитания (на примере программы самовоспитания С.Б.Елканова). 4. Диагностика способности к саморазвитию. 5. Оценка уровня самоактуализации по опроснику А.Шострома. 6. Методика «Мотивация аффилиации» (А.Меграбян и М.Ш.Магомед-Эминов). 7. Методика определения индекса жизненной удовлетворенности. 8. Диагностики ситуативной самоактуализации личности (Т.Д.Дубовицкая). 9. Психотехники, направленные на помощь в решении проблем. 10. Метод, ориентированный на реконструкцию

				будущего Ф.Мелджеса. 11. Обучение аутогенной тренировке. 12. Автопортрет как метод саморегуляции личности.
.	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 6. Профессиональное саморазвитие личности	Развитие профессионализма. Создание условий для саморазвития, самореализации сотрудников. Саморазвитие как результат профессионального творчества. Структура профессионального самосознания: сознание своей принадлежности к определенной профессиональной общности; знание, мнение о степени своего соответствия профессиональным эталонам; знание человека о степени его признания в профессиональной группе; знание о своих сильных и слабых сторонах, путях самосовершенствования, вероятных зонах успехов и неудач; представление о себе и своей работе в будущем. Характеристики профессионального

				саморазвития (А.К.Маркова): профессиональное самосознание, принятие себя как профессионала; постоянное самоопределение; саморазвитие профессиональных способностей, самопроектирование. Стадии профессионального развития Д.Сьюпера (пробуждение, исследование, консолидация, сохранение, спад).
.	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 6. Профессиональное саморазвитие личности	1. Исследование мотивации профессионального развития. 2. Профессиональная самооценка. 3. Я-концепция и тенденции профессионально-личностного развития. 4. Развитие личности в процессе профессионализации. 5. Определение направленности личности (ориентационная анкета Б.Басса). 6. Тренинг личностного роста.
.	ИУК-6.1;	Лекция	Тема 7.	Понятие

	ИУК-6.2		Социально-психологический тренинг как инструмент саморазвития	психологического тренинга. Цели и задачи социально-психологического тренинга. Разновидности тренинговых групп и их характеристики. Классификация психологических тренингов по принадлежности к ведущим теоретическим школам современной психологии: бихевиористской, психоаналитической, гуманистической ориентации и др. Принципы тренинга.
.	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 7. Социально-психологический тренинг как инструмент саморазвития	Упражнения, используемые в СПТ. Разминочные упражнения, психогимнастика. Упражнения на работу с именем и знакомство участников. Упражнения на групповое сплочение и командообразование. Упражнения, направленные на получение нового сенсорного опыта и развитие невербалики. Сюжетно-ролевые игры, элементы психодрамы в тренинге. Информационные блоки. Групповые дискуссии и

				элементы мозгового штурма. Упражнения на релаксацию. Проективные и диагностические упражнения. Элементы арт-терапии.
.	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Лекция	Тема 8. Коучинг как инструмент саморазвития	Понятие, определения, виды коучинга. Понятие коучинга. Определение коучинга. Отличие коучинга от наставничества, инструктирования, консультирования. Роль коучинга в процессе обучения. Отличие коучинга от тренинга. Модель коучинга. Стадии коучинга. Технологии коучинга. Классификация видов коучинга по различным основаниям: а) профессиональной и непрофессиональной деятельности; б) по уровню значимости решаемых проблем: стратегический коучинг; тактический коучинг; оперативный коучинг.
.	ИУК-6.1; ИУК-6.2	Практическое занятие	Тема 8. Коучинг как инструмент саморазвития	Управление личной карьерой Целеполагание как процесс сознательного осуществления своих действий в соответствии с генеральной линией

				или ориентиром: принципы, технология, основные правила, анализ, цель- средство. Качества современного руководителя. Стиль работы и рациональная организация труда. Имидж успешного руководителя. Целенаправленное развитие личности. Принципы самомотивации, самосовершенствования и эффективного отдыха Стереотипы. Вариативность. Принцип алгоритма. Методы работы с негативной информацией. Анализ собственной мотивации и характеристик. Факторы, влияющие на работоспособность. Управление стрессами. Способы расслабления и обретения спокойствия. Распорядок жизнедеятельности делового человека.

4.3. Содержание самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа является одной из важнейших составляющих образовательного процесса. Независимо от полученной профессии и характера работы любой начинающий специалист должен обладать фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности своего профиля, опытом творческой и исследовательской деятельности по решению

новых проблем, опытом социально-оценочной деятельности. Все эти составляющие образования формируются именно в процессе самостоятельной работы студентов, так как предполагают максимальную индивидуализацию деятельности каждого студента и могут рассматриваться одновременно и как средство совершенствования творческой индивидуальности. Среди основных видов самостоятельной работы студентов традиционно выделяют: подготовка к лекциям, практическим занятиям, зачетам и экзаменам, презентациям и докладам; написание рефератов, выполнение лабораторных и контрольных работ, написание эссе; решение кейсов и ситуационных задач; проведение деловых игр; участие в научной работе. Самостоятельная работа может реализовываться:

¬ непосредственно в процессе аудиторных занятий - на лекциях, практических и семинарских занятиях, при выполнении контрольных и лабораторных работ и др.;

¬ в контакте с преподавателем вне рамок аудиторных занятий - на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий и т.д.;

¬ в библиотеке, дома, на кафедре и других местах при выполнении студентом учебных и творческих заданий.

№	Наименование раздела, темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы обучающихся	Всего часов	Литература
СЕМЕСТР 1				
	Тема 1. Человек как субъект развития и саморазвития	Решение ситуационных задач по заданию преподавателя	4	*Маралов, В. Г.* Психология саморазвития: учебник и практикум для вузов/ В.Г. Маралов, Н.А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва - Издательство Юрайт, 2021. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/471912
	Тема 2.	Авторские	4	*Маралов, В. Г.* Психология

	Саморазвитие личности: современное состояние проблемы	резюме по рекомендованной литературе. Решение кейс-задач.		саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/471912
	Тема 3. Саморазвитие как процесс	Доклады по темам: 1. Потребности и жизненные ценности личности как регуляторы ее саморазвития; 2. Самообразование и самовоспитание как важнейшие средства саморазвития личности; 3. Возможности социально-психологического тренинга в саморазвитии личности.	4	*Артюхова, Т. Ю.* Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы : учебное пособие для вузов / Т. Ю. Артюхова, О. А. Козырева. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 229 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14705-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/479071 *Коттон, Д.* Ключевые модели для саморазвития и управления персоналом. 75 моделей, которые должен знать каждый менеджер / Коттон Д., Егоров В.Н. - Москва :Лаборатория знаний, 2018. - 323 с.: ISBN 978-5-00101-600-7. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1008403

	Тема 4. Стратегии саморазвития	Темы эссе: 1. Личностный рост в моей жизненной истории. 2. Феноменология личностного роста в произведениях мирового искусства (архитектура, литература, живопись, кинематограф и т.д.). 3. Мое проживание открытости опыту, полноты настоящего момента, доверия организму, внутреннего локуса контроля, собственной креативности. 8. Барьеры саморазвития и причины их появления.	4	Психология человека в современном мире. Том 1-3: Комплексный и системный подходы в исследованиях психологии человека. Личность как субъект жизненного пути : материалы Всероссийской юбилейной научной конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна, 15-16 октября 2009 г.) / под ред. А.Л. Журавлева, В.А. Барабанщикова, М.И. Воловиковой. - Москва : Институт психологии РАН», 2009. - 334 с.
	Тема 5. Диагностика	Психологическая диагностика.	4	Психодиагностика. Теория и практика в 2 ч. Часть 1 :

	саморазвития и самопознание	Обсуждение результатов (индивидуальное)		учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 301 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9948-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/472148
	Тема 6. Профессиональное саморазвитие личности	Профессиональная презентация. Задания для самостоятельной работы: Успех в моей жизни, Проект профессионального будущего. Итоговая рефлексия Задание 3.	6	Психодиагностика. Теория и практика в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 301 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9948-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/472148
	Тема 7. Социально-психологический тренинг как инструмент саморазвития	Мини-проект. Разработка программы тренинга «Творчество и креативность – средство саморазвития личности».	6	*Лобза О.В., Короткова В.О.* Психологическое сопровождение образовательного процесса вуза /О.В. Лобза, В.О. Короткова. – Москва: Московский государственный институт международных отношений (университет) Министерства иностранных дел Российской Федерации, 2020.- 322 с. *Рамендик, Д. М.* Тренинг

				личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/470461
	Тема 8. Коучинг как инструмент саморазвития	Мини-проект. Разработка программы повышения развития профессиональной идентичности «Мой профессиональный мир».	6	*Лобза О.В., Короткова В.О.* Психологическое сопровождение образовательного процесса вуза /О.В. Лобза, В.О. Короткова. – Москва: Московский государственный институт международных отношений (университет) Министерства иностранных дел Российской Федерации, 2020.- 322 с. *Антонова, Н. В.* Коучинг в бизнесе : учебное пособие для вузов / Н. В. Антонова, Л. В. Казинцева, Н. А. Сизова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 202 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14122-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/477238

ИТОГО ПО ДИСЦИПЛИНЕ	**38**	

Задание для самостоятельной работы 1 «Успех в моей жизни».

1. Дайте определение понятию «успех», запишите.
2. Найдите определения этого понятия в словарях.
3. Продолжите письменно фразы:

Я вижу свою профессиональную цель в том, чтобы…

Я стремлюсь…

Я могу достичь успеха в…

Я абсолютно убежден(а), что я хочу…

Мой успех связан…

Я знаю, что я буду …

Я мечтаю…

Мой профессиональный интерес направлен…

У меня достаточно сил и желания…

Мое сегодняшнее положение позволяет…

Я вижу свою карьеру…

Задание для самостоятельной работы 2 «Проект профессионального будущего».

Цель проекта – знакомство с потенциалом современного образования, проектирование своего жизненного образовательного маршрута.

1. Используя различные источники информации, найдите толкование следующих терминов: Андрагогика Дополнительное профессиональное образование Информальное образование Непрерывное образование Непрерывное профессиональное образование Неформальное образование Образование взрослых. Формальное образование.

2. Изучите возможности вашего профессионального роста и карьеры. Какие предъявляются требования к уровню образования?

3. Составьте автопортреты «Я через 10 лет…», «Я через 20 лет…»: какую роль в ваших достижениях играет образование?

4. Сравните свой жизненный план с биографическим опытом известного вам человека. Какие эпизоды вы возьмете за образец? Что считаете ошибочным? Аргументируйте свою точку зрения.

5. Опишите черты «хорошего учителя». Кто мог бы им быть для Вас?

6. Чему вы могли бы научить других? Каким образом?

7. Составьте список советов тем, кто придет учиться после вас.

Задание для самостоятельной работы 3 «Итоговая рефлексия»

Итоговая рефлексия – важный момент в саморазвитии студентов. Осмысление пройденного пути позволяет провести самооценку, выявить пробелы в развитии, сформулировать задачи дальнейшей работы над собой. Студентам предлагается вспомнить материал по темам дисциплины, воспользовавшись всеми доступными источниками (конспект, учебные пособия, интернет-материалы). Затем индивидуально заполнить «лист воспоминаний». Дальнейшая работа и обсуждение проходит в парах сменного состава.

<table>
<tr><td colspan="2">ЗНАНИЯ,
полученные на лекциях и самостоятельно</td><td>УМЕНИЯ и НАВЫКИ,
которые пришлось применить</td></tr>
<tr><td colspan="2">ОПЫТ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</td><td>ОПЫТ
эмоций, отношений, ценностей</td></tr>
<tr><td>НОРМАТИВНОЙ</td><td>ТВОРЧЕСКОЙ</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ, ИНФОРМАЦИОННОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная учебная литература:

1. *Артюхова, Т. Ю.* Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы : учебное пособие для вузов / Т. Ю. Артюхова, О. А. Козырева. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 229 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14705-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/479071

2. *Маралов, В. Г.* Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/471912

б) дополнительная литература:

1. *Антонова, Н. В.* Коучинг в бизнесе : учебное пособие для вузов / Н. В. Антонова, Л. В. Казинцева, Н. А. Сизова. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 202 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14122-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/477238

2. *Кашапов, М. М.* Акмеология : учебное пособие для вузов / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт,

2021. — 106 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07821-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/473804

3. *Коттон, Д.* Ключевые модели для саморазвития и управления персоналом. 75 моделей, которые должен знать каждый менеджер / Коттон Д., Егоров В.Н. - Москва :Лаборатория знаний, 2018. - 323 с.: ISBN 978-5-00101-600-7. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1008403

4. *Лобза О.В., Короткова В.О.* Психологическое сопровождение образовательного процесса вуза /О.В. Лобза, В.О. Короткова. – Москва: Московский государственный институт международных отношений (университет) Министерства иностранных дел Российской Федерации, 2020.- 322 с.

5. Психодиагностика. Теория и практика в 2 ч. Часть 1 : учебник для вузов / М. К. Акимова [и др.]. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 301 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9948-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/472148

6. *Рамендик, Д. М.* Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/470461

7. *Решетников, М. М.* Избранные труды в 7 т. Том 1. Психическая саморегуляция / М. М. Решетников. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 240 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13552-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/465942

8. *Шаповаленко, И. В.* Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / И. В. Шаповаленко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 457 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11341-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/449912

в) литература для факультативного чтения

1. Психология человека в современном мире. Том 1: Комплексный и системный подходы в исследованиях психологии человека. Личность как субъект жизненного пути : материалы Всероссийской юбилейной научной конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна, 15-16 октября 2009 г.) / под ред. А.Л. Журавлева, В.А. Барабанщикова, М.И. Воловиковой. - Москва : Институт психологии РАН», 2009. - 334 с. - ISBN 978-

5-9270-0168-2. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1059177

2. Психология человека в современном мире. Том 2: Проблема сознания в трудах С. Л. Рубинштейна, Д.Н. Узнадзе, Л. С. Выготского. Проблема деятельности в отечественной психологии. Исследование мышления и познавательных процессов. Творчество, способности, одаренность : материалы Всероссийской юбилейной научной конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С. Л. Рубинштейна, 15-16 октября 2009 г.) / под ред. А. Л. Журавлева, И. А. Джидарьяна, В. А. Барабанщикова [и др.]. - Москва : Институт психологии РАН, 2009. - 404 с.. - ISBN 978-5-9270-0169-3. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1059179

3. Психология человека в современном мире. Том 3: Психология развития и акмеология. Экзистенциальные проблемы в трудах С. Л. Рубинштейна и в современной психологии. Рубинштейновскиетрадиции исследования и экспериментатики : материалы Всероссийской юбилейной научной конференции, посвященной 120-летию со дня рождения С.Л. Рубинштейна, 15-16 октября 2009 г.) / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко, В.В. Знакова, И.О. Александрова. - Москва : Институт психологии РАН, 2009.- 400 с. - ISBN 978-5-9270-0170- 5. - Текст : электронный. - URL: https://znanium.com/catalog/product/1059181

в) интернет-ресурсы и базы данных:

- научная электронная библиотека– http://elibrary.ru
- портал психологических изданий – http://psyjournals.ru
- Электронно-библиотечная система «Znanium.com»
- http://znanium.com/
- Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека «ONLINE» http://biblioclub.ru/
- Электронно-библиотечная система «Юрайт» http://www.urait.ru/

5.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Занятия, предусмотренные рабочей программой дисциплины, проводятся:
- в учебной аудитории для проведения занятий всех видов, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, расположенной по адресу: 143081 Московская область, г.о. Одинцовский, д. Лапино, д. 111/1 пом. 192 (-1 этаж).

Технические средства обучения:

Экран-телевизор-1шт. со встроенным системным блоком и комплектом аудио колонок для воспроизведения аудио файла.

Специализированная мебель:

Стол -1шт.
Стулья студенческие -15 шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения:
1) Microsoft Office 2016, Windows 10 LTSC
2) Справочная информационная система «Консультант +»
3) Антивирусная защита Kaspersky V 11.8.0.384

Самостоятельная работа студентов проходит в помещении для самостоятельной работы по адресу: 143081 Московская область, г.о. Одинцовский, д. Лапино, д. 111/1 пом. 193 (-1 этаж).
Технические средства обучения:
Экран-телевизор-1шт. со встроенным системным блоком и комплектом аудио колонок для воспроизведения аудио файла.
Специализированная мебель:
Стол -1шт.
Стулья студенческие -15 шт.
Перечень лицензионного программного обеспечения:
1) Microsoft Office 2016, Windows 10 LTSC
2) Справочная информационная система «Консультант +»
3) Антивирусная защита Kaspersky V 11.8.0.384

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ТЕКУЩЕМУ КОНТРОЛЮ И ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (ПРИМЕРЫ)*

6.1. Таблица критериев оценки форм текущего контроля успеваемости

Общий критерий оценки работы	A (90-100%)	Работа полностью отвечает целям/задачам обучения по данной дисциплине
	B (82-89%)	Работа в основном отвечает целям/задачам обучения по данной дисциплине
	C (75-81%)	Работа отвечает отдельным целям/задачам обучения по данной дисциплине, однако имеет серьезные недостатки в отношении остальных целей/задач
	D (67-74%)	Работа не отвечает большинству или всем целям/задачам обучения по данной дисциплине

	E (60-67%)	Работа совершенно не соответствует/противоречит целям данной дисциплине; и/или не достигла их
	F	Работа не может быть положительно оценена
Устный, письменный ответ	A	Глубокие знания темы, правильность ответов на все дополнительные вопросы по теме; структура, логика и аргументированность изложения; сочетание полноты и лаконичности ответа; общее понимание проблемы; актуальность проблемы; ориентирование в специальной литературе, анализ первоисточников; анализ различных точек зрения по данной проблеме; культура ответа; личная точка зрения.
	B	Знания темы, правильность ответов на дополнительные вопросы по теме; структура, логика и аргументированность изложения; лаконичность ответа; общее понимание проблемы; актуальность проблемы; ориентирование в литературе; культура ответа; личная точка зрения.
	C	Знания темы; структура, логика и аргументированность изложения; ориентирование в литературе; культура ответа; личная точка зрения; ошибки.
	D	Слабые знания темы; структура изложения материала; ориентирование в литературе; культура ответа; личная точка зрения; грубые ошибки.

	E	Очень слабые знания темы; нарушенная структура изложения материала; отсутствие ориентирования в литературе; отсутствие культуры ответа и личной точки зрения.
	F	Отсутствие знания темы; нарушенная структура изложения материала; не ориентируется в литературе и учебных материалах; отсутствие на занятиях.
Работа в группе на практическом занятии	A	Активное участие на практических занятиях в дискуссиях, анализе и решении практических задач, тренингах и т.п. Правильное выполнение всех задач.
	B	Участие на практических занятиях в дискуссиях, анализе и решении практических задач, тренингах и т.п. Выполнение поставленных задач с допустимым количеством ошибок.
	C	Участие на практических занятиях в дискуссиях, анализе и решении практических задач, тренингах и т.п. Выполнение поставленных задач с максимально допустимым количеством ошибок.
	D	Слабое участие в дискуссиях, тренингах и т.п., делегирование значительной части работы другим членам группы
	E	Частичное отсутствие мотивации учебной деятельности и нежелание работать на практических занятиях в дискуссиях, анализе и решении практических задач, тренингах и т.п.
	F	Нежелание работать в группе и на практических занятиях
Доклад	A	Глубокие знания темы, правильность ответов на все вопросы по теме; структура, логика и аргументированность изложения; сочетание полноты и лаконичности ответа; ориентирование в литературе,

		культура письменного ответа; личная точка зрения.
	B	Знания темы, правильность ответов на основные вопросы темы; структура, логика изложения; общее понимание проблемы; актуальность проблемы; ориентирование в литературе; культура письменного ответа; личная точка зрения.
	C	Знания темы; структура изложения; ориентирование в литературе; культура письменного ответа; ошибки.
	D	Слабые знания темы; структура изложения материала; слабое ориентирование в литературе; культура ответа; грубые ошибки.
	E	Отсутствие знания темы; нарушенная структура изложения материала; отсутствие ориентирования в литературе; отсутствие культуры ответа и личной точки зрения.
	F	Отсутствие доклада и презентации по теме доклада. Содержание доклада не соответствует выбранной теме. Полное отсутствие понимания и проблемы, поднимаемой в докладе.

6.2. Организация промежуточной аттестации обучающихся

Семестр 1

Форма промежуточной аттестации согласно учебному плану –**зачет**.

К промежуточной аттестации по дисциплине не допускаются обучающиеся, посетившие менее 60% практических занятий и менее 50% лекций.

Содержание промежуточной аттестации: индивидуальный академический рейтинг обучающегося (ИАР), результат ответа на вопросы к зачету.

Индивидуальный академический рейтинг обучающегося складывается из следующих показателей:

Форма контроля	**Коэффициент**
Посещаемость	0,1
Прочие формы текущего контроля	0,2
Ответ на вопросы зачета	0,5
Написание реферата и выступление с докладом	0,2

6.3. Список вопросов для подготовки к текущему контролю и прохождения промежуточной аттестации по дисциплине «Саморазвитие»

1. Понятия «самосознание», «самопознание», «саморазвитие».
2. Проблема самосознания и саморазвития в религиозных концепциях.
3. Проблема самосознания и саморазвития в философских концепциях.
4. Проблема самосознания и саморазвития в психологии.
5. Структурная модель самосознания.
6. Проблема идентичности в психологии.
7. Принципы самопознания.
8. Сферы самопознания.
9. Области самопознания.
10. Представление человека о себе - «Окном Джогари».
11. Структура индивидуальности.
12. Структура Я-концепции.
13. Я-концепция как средство обеспечения внутренней согласованности.
14. Я-концепция как интерпретация опыта.
15. Я-концепция как совокупность ожиданий.
16. Я-концепция в различных психологических теориях.
17. Социальная идентичность в концепциях.
18. Характеристика самопознания как процесса.
19. Цели и мотивы самопознания.
20. Средства самопознания.
21. Способы самопознания.
22. Идентификация как механизм самопознания.
23. Рефлексия как механизм самопознания.
24. Понятие о развитии.
25. Отечественные подходы к изучению проблемы саморазвития.
26. Зарубежные подходы к изучению проблемы саморазвития.
27. Структура самосознания личности.

28. Самопознание и саморазвитие взрослого человека.
29. Образ «Я» взрослости.
30. Биография, жизненный путь человека.
31. Внутренний мир человека.
32. Развитие субъективной реальности.
33. Самоутверждение.
34. Самосовершенствование.
35. Самоактуализация.
36. Самопринятие как механизм саморазвития.
37. Самопрогнозирование личности как механизм саморазвития.
38. Жизненные стратегии.
39. Мотивация самосовершенствования
40. Проблема самоактуализации в теории А.Маслоу.
41. Развитие Я-концепции в теории К.Роджерса.
42. От «комплекса неполноценности» к личностному росту (А.Адлер).
43. Барьеры саморазвития.
44. Понятие личностного роста в психологии саморазвития.
45. Социальный опыт как условие развития личности.
46. Развитие профессионализма.
47. Характеристики профессионального саморазвития.
48. Профессиональная компетентность и пути самосовершенствования в профессиональной области.
49. Символические задания на выявление «Социального Я» (Б.Лонг, Р.Зиллер, Р.Хендерсон).
50. Методика обучения самопринятию (В.Г.Моралов).
51. Программа самовоспитания.
52. Практические методы самопознания.
53. Ригидность и самоактуализация.
54. Саморегуляция или самообман.
55. Методики диагностики саморазвития.
56. Диагностика способности к самоуправлению.
57. Жизненные перспективы личности и организация времени.
58. Анализ «поглотителей» времени. Техника самоменеджмента.
59. Методика разработки личных жизненных планов.

*Полный объем учебных и методических материалов, а также оценочные средства и критерии оценки, обеспечивающие реализацию программы дисциплины (практики) содержатся в электронной образовательной среде.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме.
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	*Реферат*: Поиск литературы и составление библиографии использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

8. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ И (ИЛИ) МАТЕРИАЛЫ

9. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ВНЕСЕННЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Лист регистрации внесенных изменений
в рабочую программу дисциплины _____

(наименование дисциплины)
образовательной программы по направлению подготовки

_____
(наименование, шифр)

Рабочая программа дисциплины актуализирована на 20__/20__ уч. год. Протокол заседания методического совета №__от «__»_____20__ года.

Рабочая программа дисциплины актуализирована на 20__/20__ уч. год. Протокол заседания методического совета №__от «__»_____20__ года.

Рабочая программа дисциплины актуализирована на 20__/20__ уч. год. Протокол заседания методического совета №__от «__»_____20__ года.

В случае внесения изменений в Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины, к Листу регистрации внесенных изменений Рабочей программы дисциплины прилагается обновленный Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины на соответствующий учебный год.