

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Богатырёв Дмитрий Кириллович

Должность: Ректор

Дата подписания: 13.10.2023 15:52:07

Уникальный программный ключ:

dda1af705f677e4f7a7c7f6a8996df8089a02352bf4308e9ba77f38a85af1405

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«РУССКАЯ ХРИСТИАНСКАЯ ГУМАНИТАРНАЯ АКАДЕМИЯ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Факультативные дисциплины**

**"СТРАТЕГИЯ ЛИЧНОСТНОГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ"**

**ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРА  
ПО НАПРАВЛЕНИЮ**

**44.03.01 Педагогическое образование**

**Профиль Преподавание отечественного языка и культуры**

**Квалификация выпускника** бакалавр

**Форма обучения** - очная

**Срок освоения ОПОП** - 4 года

**Кафедра** культурологии, педагогики и искусств

Утверждено на заседании УМС  
Протокол № 10/06/-2023 от 20.06.2023 г.

**Санкт-Петербург**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

### **I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

- 1.1. Цель и задачи дисциплины
- 1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП
- 1.3. Роль дисциплины в формировании компетенций выпускника
- 1.4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.
- 1.5. Соответствие уровней освоения компетенции планиваемым результатам обучения и критериям их оценивания

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

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

- 3.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, и виды контактной работы с обучающимися
- 3.2. Самостоятельная работа студента

### **IV. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

- 4.1. Основная литература
- 4.2. Дополнительная литература
- 4.3. Программное обеспечение: общесистемное и прикладное программное обеспечение:
- 4.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:
- 4.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

### **V. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **VI. СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

### **VII. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **Приложение 1. ПРИМЕРНЫЕ ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА**

#### **Приложение 2. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ**

## **I. Организационно-методический раздел**

### **1.1. Цель и задачи освоения учебной дисциплины.**

**Целью** освоения дисциплины является формирование умений и развитие навыков практического применения знаний о закономерностях развития личности в ходе профессионального становления и реализации жизненных планов. Освоение дисциплины предусматривает изучение методов проектирования профессиональной и общественной деятельности, освоение способов рационального планирования и самоорганизации жизнедеятельности. Формирует навыки корпоративного взаимодействия с референтными лицами и социальными группами.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих **задач**:

- изучить методы проектирования профессиональной и общественной деятельности;
- освоить способы рационального планирования и самоорганизации жизнедеятельности;
- сформировать навыки корпоративного взаимодействия с референтными лицами и социальными группами.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП**

Дисциплина относится к Факультативным дисциплинам, изучается в 1 семестре.

**Промежуточная аттестация по дисциплине** осуществляется в форме **зачета**.

Основные знания, необходимые для освоения дисциплины, формируются на базе навыков, приобретенных в ходе изучения дисциплин школьной программы

Перечень учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной: Философия, Психология, Педагогика, Управление проектами.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются: умение говорить и писать на русском языке, умение анализировать информацию (на уровне не ниже 10 - 11 классов общеобразовательных школ)

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания психологических и социальных дисциплин школьного курса и служит основой для освоения дисциплин социального и экономического циклов, дисциплин, связанных с проектной работой.

### **1.3. Роль дисциплины в формировании компетенций выпускника.**

Дисциплина является составляющей в процессе освоения компетенций УК-6.

**1.4. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.**

Код компетенции	Содержание компетенции
-----------------	------------------------

УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни
------	---

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Категория (группа) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	<p>УК-6.1 Использует инструменты и методы организации личного времени при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей</p> <p>УК-6.2 Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их при достижении поставленных целей с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения</p> <p>УК-6.3 Использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда</p>

1.5. Соответствие уровней освоения компетенции планируемым результатам обучения и критериям их оценивания

Код и содержание компетенций, код индикатора достижения компетенции	Этап освоения компетенции*	Основные признаки сформированности компетенции (дескрипторное описание уровня)			
		Признаки оценки несформированности компетенции	Признаки оценки сформированности компетенции		
			минимальный	средний	максимальный
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3)	1	Не использует инструменты и методы организации личного времени при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей	С трудом использует инструменты и методы организации личного времени при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей	Использует инструменты и методы организации личного времени при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей, но допускает ошибки.	Использует инструменты и методы организации личного времени при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей
		Не определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их при достижении поставленных целей с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения	Плохо определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их при достижении поставленных целей с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения	Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их при достижении поставленных целей с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения, но допускает ошибки.	Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их при достижении поставленных целей с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения
		Не использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда	С трудом использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда	Использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда, но допускает ошибки.	Использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда

\* - Формирование компетенций проходит в 3 этапа: 1-2 курс -1-й этап; 3 курс -2-й этап; 4 курс (4-5 курс -при очно-заочной и заочной формам обучения) -3-й этап -при освоении ОПОП бакалавриата

**II. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

Дисциплина / семестр	Вид учебной работы				
	Лекционные и практические занятия	Самостоятельная работа	Консультации	Промежуточная аттестация/ семестр	Контроль
Стратегия личностного и профессионального развития/ 1	36	35,8		Зачет / 1	0,2
<b>Всего</b>					<b>72</b>

**III. Содержание дисциплины с указанием отведенного количества академических часов, видов учебных занятий и форм текущего контроля**

**3.1. Содержание дисциплины, структурированное по темам, и виды контактной работы с обучающимися**

№	Название темы с кратким содержанием	Контактная работа с обучающимися			
		Лекции	Практические занятия	Формы текущего контроля	Формируемые компетенции
1.	Введение. Смысловая навигация личности.	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
2.	Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности. Облако целей.	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
3.	Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
4.	Жизненные стратегии: механизмы формирования и реализации.	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
5.	Ресурсная навигация личности	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
6.	Организационная навигация	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
7.	Сценарно-ролевая навигация	2	-	Выполнение	УК - 6 (УК 6.1, УК

				домашнего задания	6.2, УК 6.3)
8.	Социальная навигация	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
9.	Волевая навигация	2	-	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
10.	Смысловая навигация. Жизненный путь личности	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
11.	Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
12.	Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
13.	Жизненные стратегии и цели: механизмы формирования и реализации.	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
14.	Ресурсная навигация личности	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
15.	Программа саморазвития по достижению мечты	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
16.	Помехи как развивающий фактор в навигации личности	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
17.	Модель эффективного дня	-	2	Выполнение домашнего задания	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
18.	Интегральная карта жизненного пути	-	2	Презентация проекта	УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>18</b>		

### Содержание курса:

#### Теоретические занятия (лекции) - 18 часов.

**Лекция 1. Введение.** Предмет и задачи курса, программа учебных занятий, принципы и правила ее реализации, ключевые понятия, ожидаемые плановые результаты (информационная и проблемная лекция)

**Смысловая навигация. Жизненный путь личности:** Жизненный путь личности. Жизненно важные ориентиры личности: картина мира, представления о собственной личности, идеальный образ желаемого будущего. Мечта как основа жизненно важного выбора личности в процессе смысловой самонавигации (информационная и проблемная лекция).

**Лекция 2. Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности:** биологическая, предметно-деятельностная, ментальная, социальная сферы жизнедеятельности человека. Физиологические особенности как предпосылки, предметная деятельность как источник; жизненно важные противоречия как главная движущая сила развития личности. Личный выбор как ключевой фактор становления индивидуальности. Условия гармонизации процессов развития личности как субъекта

жизнедеятельности. Закономерности достижения жизненного успеха и персонального благополучия.

**Лекция 3. Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности:** профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности. Профессиональный успех и карьерное продвижение. Соотношение развития личности как субъекта профессиональной деятельности и карьерного роста на различных стадиях жизни.

**Лекция 4. Жизненные стратегии: механизмы формирования и реализации:** понятие о жизненной стратегии личности. Разновидности жизненных стратегий. Механизмы формирования и реализации жизненных стратегий. Этапы становления личности как субъекта жизнедеятельности.

**Лекция 5. Ресурсная навигация личности:** определение условий достижения жизненно важных целей. Качества личности как субъекта жизнедеятельности. Добродетели и достоинства личности. Оценка персональных компетенций как главного ресурса личности для построения и реализации жизненных планов. Построение плана саморазвития личности как основной составляющей ресурсного обеспечения движения к своей мечте и жизненному успеху

**Лекция 6. Организационная навигация личности:** природа субъективных самоограничений, методы их аттестации и приемы преодоления. Причины стремления человека к упорядочению собственной активности. Разработка реалистичных планов достижения жизненно важных целей и построение персональной траектории успеха.

**Лекция 7. Сценарно-ролевая навигация:** сценарно-ролевые ориентиры личности. Учет и целенаправленное использование при реализации жизненно важных планов закономерностей формирования психологического образа «Мое идеальное Я».

**Лекция 8. Социальная навигация:** социальное позиционирование личности. Влияние референтных лиц и референтных групп на эффективность реализации жизненно важных планов; приемы и методы согласования различных интересов.

**Лекция 9. Волевая навигация:** основные задачи волевой детерминации личностью собственной активности. Механизмы, приемы и методы самодетерминации человеком собственной жизнедеятельности. Типичные затруднения реализации жизненно важных намерений и способы их преодоления.

**Практические занятия – 18 часов.**

**Занятие 1. Жизненный путь личности.** Отрабатываемые вопросы: жизненно важные ориентиры личности, как: картина мира, представления о собственной личности, идеальный образ желаемого будущего.

Форма проведения занятий – проектирование, дискуссия, кейс-метод.

**Занятие 2. Сферы жизнедеятельности личности.** Отрабатываемые вопросы: биологическая, предметно-деятельностная, ментальная, социальная сферы жизнедеятельности человека.

Форма проведения занятий – дискуссия, кейс-метод.

**Занятие 3. Профессиональная деятельность личности.** Отрабатываемые вопросы: причины, по которым профессиональная деятельность входит в число важнейших факторов развития личности, профессиональный успех и карьерное продвижение.

Форма проведения занятий – дискуссия, кейс-метод.

**Занятие 4. Жизненные стратегии и цели.** Отрабатываемые вопросы: понятие «жизненная стратегия личности», разновидности жизненных стратегий, механизмы их формирования и реализации.



Форма проведения занятий – дискуссия, тренировочные упражнения.

**Занятие 5. Ресурсная навигация личности.** Отрабатываемые вопросы: определение целей и задач, добродетели и достоинства личности, оценка персональных компетенций как главного ресурса личности для построения и реализации жизненных планов.

Форма проведения занятий – кейс-метод.

**Занятие 6. Программа саморазвития по достижению мечты.** Отрабатываемые вопросы: уникальность жизненной ситуации каждого отдельного человека, необходимость персонального выбора определенного отношения к своему прошлому, настоящему и различным вариантам возможного будущего.

Форма проведения занятий – дискуссия, кейс-метод.

**Занятие 7. Помехи как развивающий фактор в навигации личности.** Отрабатываемые вопросы: стремления человека к упорядочению собственной активности, целеполагание, моделирование значимых условий, составление программы используемых действий, построение системы субъективных критериев достижения цели, контроль и оценка реальных результатов, их коррекция.

Форма проведения занятий - проектирование, обмен опытом.

**Занятие 8. Модель эффективного дня.** Отрабатываемые вопросы: основы тайм-менеджмента, применение инструментов управления временем, ежедневные и регулярные дела. Эффективный день – достижение мечты и баланс жизненных сфер личности.

Форма проведения занятий – дискуссия, проектирование.

**Занятие 9. Интегральная карта жизненного пути.** Отрабатываемые вопросы: формирование облако целей, достижение целей в личностном и профессиональном развитии.

Форма проведения занятий – проектирование карты жизненного пути, групповое обсуждение.

#### **Управление самостоятельной работой студента.**

Консультации по выполнению домашних заданий, презентации и защиты проекта.

### **3.2. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине**

<b>Самостоятельная работа</b>	<b>Всего часов по учебному плану</b>	<b>Объем по семестрам</b>
Проработка лекций, подготовка к практическим занятиям, выполнение эскизов.	35,8	35,8

## **4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

#### 4.1. Основная литература

1. Эксакусто, Т. В. Психотехнологии развития интеллектуального и личностного ресурса : учебник : [16+] / Т. В. Эксакусто, И. А. Кибальченко ; Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2019. – 194 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577734> (дата обращения: 06.12.2022). – Библиогр.: с. 151 - 160. – ISBN 978-5-9275-3209-4. – Текст : электронный.

#### 4.2. Дополнительная литература

1. Алисов, Е. А. История развития образовательных моделей и технологий : учебник : [12+] / Е. А. Алисов, Л. С. Подымова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2021. – 352 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=599623> (дата обращения: 06.12.2022). – Библиогр.: с. 347. – ISBN 978-5-4499-1341-8. – DOI 10.23681/599623. – Текст : электронный.

#### 4.3. Программное обеспечение: общесистемное и прикладное программное обеспечение:

Но мер	наименование ПО	Реквизиты подтверждающего документа	Комментарий
1	Операционная система Microsoft Windows Pro версии 7/8	Номер лицензии 64690501	
2	Программный пакет Microsoft Office 2007	Номер лицензии 43509311	
3	Статистическая диалоговая система STADIA v.8 (требование ФГОС по Психологии)	Серийный номер 1479	
4	«Диалог Nibelung» (изучение иностранных языков)	Номер лицензии 1632	
5	ABBY FineReader 14	Код позиции af14-251w01-102	
6	LibreOffice	<a href="#">Mozilla Public License v2.0.</a>	
7	GIMP (графический редактор)	<a href="#">Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.</a>	
8	Blender (графика 3D )	<a href="#">GNU General Public License (GPL)</a>	
9	Inkscape (векторная графика)	<a href="#">GNU General Public License (GPL)</a>	
10	ESET NOD32 Antivirus Business Edition	Публичный ключ лицензии: 3AF-4JD-N6K	
11	Модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда “LMS Moodle”	<a href="#">GNU General Public License (GPL)</a>	Свободное распространение, сайт <a href="http://docs.moodle.org/ru/">http://docs.moodle.org/ru/</a>
12	Архиватор 7-Zip	<a href="#">GNU Lesser General Public License (LGPL)</a>	Свободное распр,сайт <a href="https://www.7-zip.org/">https://www.7-zip.org/</a>
13	Справочно-правовая система	Договор №-18-00050550 от 1	лицензия, web

«Консультант Плюс»	1.05.2018	доступ
--------------------	-----------	--------

#### 4.4. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы  
Информационные справочные системы Федеральный портал «Российское образование»  
<https://edu.ru/>.

Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»  
<http://biblioclub.ru/>

<http://www.positivepsychology.org>

<http://www.uel.ac.uk>

<http://www.ippanetwork.org>

#### 4.5. Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС) <http://rhga.pro/>

### V. Материально-техническое оснащение дисциплины

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения.	Помещения обеспечены доступом к информационно-телекоммуникационной сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду ЧОУ "РХГА" и к электронным библиотечным системам, оборудованы специализированной мебелью (рабочее место преподавателя, специализированная учебная мебель для обучающихся, доска ученическая) а также техническими средствами обучения (компьютер или ноутбук, переносной или стационарный мультимедийный комплекс, стационарный или переносной экран на стойке для мультимедийного проектора).
Помещение для самостоятельной работы	Помещение обеспечено доступом к информационно-телекоммуникационной сети Интернет, в электронную информационно-образовательную среду ЧОУ "РХГА" и к электронным библиотечным системам, оборудованы специализированной мебелью и компьютерной техникой.
Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования	Помещение, оснащенное специализированной мебелью (стеллажи, стол, стул).

### VI. Специализированные условия для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Указанные ниже условия инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья применяются при наличии указанных лиц в группе обучающихся в зависимости от нозологии заболеваний или нарушений в работе отдельных органов.

#### Обучение студентов с нарушением слуха

Обучение студентов с нарушением слуха выстраивается через реализацию следующих педагогических принципов:

- наглядности,
- индивидуализации,
- коммуникативности на основе использования информационных технологий,

разработанного учебно-дидактического комплекса, включающего пакет специальных учебно-методических презентаций

- использования учебных пособий, адаптированных для восприятия студентами с нарушением слуха.

**К числу проблем, характерных для лиц с нарушением слуха, можно отнести:**

- замедленное и ограниченное восприятие;
- недостатки речевого развития;
- недостатки развития мыслительной деятельности;
- пробелы в знаниях; недостатки в развитии личности (неуверенность в себе и неоправданная зависимость от окружающих, низкая коммуникабельность, эгоизм, пессимизм, заниженная или завышенная самооценка, неумение управлять собственным поведением);
- некоторое отставание в формировании умения анализировать и синтезировать воспринимаемый материал, оперировать образами, сопоставлять вновь изученное с изученным ранее; хуже, чем у слышащих сверстников, развит анализ и синтез объектов. Это выражается в том, что глухие и слабослышащие меньше выделяют в объекте детали, часто опускают малозаметные, но существенные признаки.

При организации образовательного процесса со слабослышащей аудиторией необходима особая фиксация на артикуляции выступающего - следует говорить громче и четче, подбирая подходящий уровень.

**Специфика зрительного восприятия** слабослышащих влияет на эффективность их образной памяти - в окружающих предметах и явлениях они часто выделяют несущественные признаки. Процесс запоминания у студентов с нарушенным слухом во многом опосредуется деятельностью по анализу воспринимаемых объектов, по соотнесению нового материала с усвоенным ранее.

Некоторые основные понятия изучаемого материала студентам необходимо объяснять дополнительно. На занятиях требуется уделять повышенное внимание специальным профессиональным терминам, а также использованию профессиональной лексики. Для лучшего усвоения специальной терминологии необходимо каждый раз писать на доске используемые термины и контролировать их усвоение.

Внимание в большей степени зависит от изобразительных качеств воспринимаемого материала: чем они выразительнее, тем легче слабослышащим студентам выделить информативные признаки предмета или явления.

**В процессе обучения рекомендуется использовать разнообразный наглядный материал.** Сложные для понимания темы должны быть снабжены как можно большим количеством наглядного материала. Особую роль в обучении лиц с нарушенным слухом, играют видеоматериалы. По возможности, предъявляемая видеоинформация может сопровождаться текстовой бегущей строкой или сурдологическим переводом.

Видеоматериалы помогают в изучении процессов и явлений, поддающихся видеофиксации, анимация может быть использована для изображения различных динамических моделей, не поддающихся видеозаписи.

### **Обучение студентов с нарушением зрения.**

Специфика обучения слепых и слабовидящих студентов заключается в следующем:

- дозирование учебных нагрузок;
- применение специальных форм и методов обучения, оригинальных учебников и наглядных пособий, а также оптических и тифлопедагогических устройств, расширяющих познавательные возможности студентов;
- специальное оформление учебных кабинетов;
- организация лечебно-восстановительной работы;
- усиление работы по социально-трудовой адаптации.

Во время проведения занятий следует чаще переключать обучающихся с одного вида деятельности на другой.

Во время проведения занятия педагоги должны учитывать допустимую продолжительность непрерывной зрительной нагрузки для слабовидящих студентов. К дозированию зрительной работы надо подходить строго индивидуально.

**Искусственная освещенность помещений, в которых занимаются студенты с пониженным зрением, должна составлять от 500 до 1000 лк,** поэтому рекомендуется использовать дополнительные настольные светильники. Свет должен падать с левой стороны или прямо. Ключевым средством социальной и профессиональной реабилитации людей с нарушениями зрения, способствующим их успешной интеграции в социум, являются информационно-коммуникационные технологии.

Ограниченность информации у слабовидящих обуславливает схематизм зрительного образа, его скудность, фрагментарность или неточность.

При слабовидении страдает скорость зрительного восприятия; нарушение бинокулярного зрения (полноценного видения двумя глазами) у слабовидящих может приводить к так называемой пространственной слепоте (нарушению восприятия перспективы и глубины пространства), что важно при черчении и чтении чертежей.

При зрительной работе у слабовидящих быстро наступает утомление, что снижает их работоспособность. Поэтому необходимо проводить небольшие перерывы.

Слабовидящим могут быть противопоказаны многие обычные действия, например, наклоны, резкие прыжки, поднятие тяжестей, так как они могут способствовать ухудшению зрения. Для усвоения информации слабовидящим требуется большее количество повторений и тренировок.

При проведении занятий в условиях повышенного уровня шума, вибрации, длительных звуковых воздействий, может развиваться чувство усталости слухового анализатора и дезориентации в пространстве.

При лекционной форме занятий слабовидящим следует разрешить использовать звукозаписывающие устройства и компьютеры, как способ конспектирования, во время занятий.

Информацию необходимо представлять исходя из специфики слабовидящего студента: **крупный шрифт (16–18 размер)**, дисковый накопитель (чтобы прочитать с помощью компьютера со звуковой программой), аудиофайлы. Всё записанное на доске должно быть озвучено.

Необходимо комментировать свои жесты и надписи на доске и передавать словами то, что часто выражается мимикой и жестами. При чтении вслух необходимо сначала предупредить об этом. Не следует заменять чтение пересказом.

При работе на компьютере следует использовать принцип максимального снижения зрительных нагрузок, дозирование и чередование зрительных нагрузок с другими видами деятельности, использование специальных программных средств для увеличения изображения на экране или для озвучивания информации; — принцип работы с помощью клавиатуры, а не с помощью мыши, в том числе с использованием «горячих» клавиш и освоение слепого десятипальцевого метода печати на клавиатуре.

### **Обучение студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА).**

Студенты с нарушениями ОДА представляют собой многочисленную группу лиц, имеющих различные двигательные патологии, которые часто сочетаются с нарушениями в познавательном, речевом, эмоционально-личностном развитии. Обучение студентов с нарушениями ОДА должно осуществляться на фоне лечебно-восстановительной работы, которая должна вестись в следующих направлениях: посильная медицинская коррекция двигательного дефекта; терапия нервно-психических отклонений.

Специфика поражений ОДА может замедленно формировать такие операции, как сравнение, выделение существенных и несущественных признаков, установление причинно-следственной зависимости, неточность употребляемых понятий.

При тяжелом поражении нижних конечностей руки присутствуют трудности при овладении определенными предметно-практическими действиями.

Поражения ОДА часто связаны с нарушениями зрения, слуха, чувствительности, пространственной ориентации. Это проявляется замедленном формировании понятий, определяющих положение предметов и частей собственного тела в пространстве, неспособности узнавать и воспроизводить фигуры, складывать из частей целое. В письме выявляются ошибки в графическом изображении букв и цифр (асимметрия, зеркальность), начало письма и чтения с середины страницы.

Нарушения ОДА проявляются в расстройстве внимания и памяти, расщепленности, сужении объема внимания, преобладании слуховой памяти над зрительной. Эмоциональные нарушения проявляются в виде повышенной возбудимости, проявлении страхов, склонности к колебаниям настроения.

Продолжительность занятия не должна превышать 1,5 часа (в день 3 часа), после чего рекомендуется 10—15-минутный перерыв. Для организации учебного процесса необходимо определить учебное место в аудитории, следует разрешить студенту самому подбирать комфортную позу для выполнения письменных и устных работ (сидя, стоя, облокотившись и т.д.).

При проведении занятий следует учитывать объем и формы выполнения устных и письменных работ, темп работы аудитории и по возможности менять формы проведения занятий. С целью получения лицами с поражением опорно-двигательного аппарата информации в полном объеме звуковые сообщения нужно дублировать зрительными, использовать наглядный материал, обучающие видеоматериалы.

При работе со студентами с нарушением ОДА необходимо использовать методы, активизирующие познавательную деятельность учащихся, развивающие устную и письменную речь и формирующие необходимые учебные навыки.

Физический недостаток существенно влияет на социальную позицию студента, на его отношение к окружающему миру, следствием чего является искажение ведущей деятельности и общения с окружающими. У таких студентов наблюдаются нарушения личностного развития: пониженная мотивация к деятельности, страхи, связанные с передвижением и перемещением, стремление к ограничению социальных контактов.

Эмоционально-волевые нарушения проявляются в повышенной возбудимости, чрезмерной чувствительности к внешним раздражителям и пугливости. У одних отмечается беспокойство, суетливость, расторможенность, у других - вялость, пассивность и двигательная заторможенность.

При общении с человеком в инвалидной коляске, нужно сделать так, чтобы ваши глаза находились на одном уровне. На неё нельзя облакачиваться.

Всегда необходимо лично убеждаться в доступности мест, где запланированы занятия.

Лица с психическими проблемами могут испытывать эмоциональные расстройства. Если человек, имеющим такие нарушения, расстроен, нужно спросить его спокойно, что можно сделать, чтобы помочь ему. Не следует говорить резко с человеком, имеющим психические нарушения, даже если для этого имеются основания. Если собеседник проявляет дружелюбность, то лицо с ОВЗ будет чувствовать себя спокойно.

При общении с людьми, испытывающими затруднения в речи, не допускается перебивать и поправлять. Необходимо быть готовым к тому, что разговор с человеком с затрудненной речью займет больше времени. Необходимо задавать вопросы, которые требуют коротких ответов или кивка.

#### **Общие рекомендации по работе с обучающимися-инвалидами.**

- Использование указаний, как в устной, так и письменной форме;
- Поэтапное разъяснение заданий;
- Последовательное выполнение заданий;
- Повторение студентами инструкции к выполнению задания;

- Обеспечение аудио-визуальными техническими средствами обучения;
- Разрешение использовать диктофон для записи ответов учащимися;
- Составление индивидуальных планов занятий, позитивно ориентированных и учитывающих навыки и умения студента.

## **VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Обучающимся, приступающим к изучению дисциплины, целесообразно ознакомиться со следующими нормативными документами:

1. Рабочей программой, раскрывающей содержание и последовательность прохождения учебного материала, объем часов, виды контроля;
2. Учебными, научными и методическими материалами по дисциплине.

### **Рекомендации по подготовке к аудиторным занятиям**

#### **Лекционные занятия**

Умение сосредоточенно слушать лекции, активно воспринимать излагаемые сведения является – это важнейшее условие освоения данной дисциплины. Каждая из лекций сопровождается компьютерной презентацией. Кроме того, в конце каждой лекции с целью создания условий для осмысления содержания лекционного материала обучающимся предлагается ответить на вопрос для размышления. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить материал. Поэтому в ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на самое важное и существенное в нем. Имеет смысл оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки, замечания, дополнения. Целесообразно разработать собственную "маркографию" (значки, символы), сокращения слов.

#### **Практические занятия**

В ходе подготовки к практическим занятиям необходимо изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом важно учитывать рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Важно также опираться на конспекты лекций. В ходе занятия важно внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы, активно участвовать в обсуждении изучаемых вопросов. В ходе своего выступления целесообразно использовать как технические средства обучения, так и традиционные (при необходимости).

### **Организация внеаудиторной деятельности студентов**

Внеаудиторная деятельность обучающегося по данной дисциплине предполагает самостоятельный поиск информации, необходимой, во-первых, для выполнения заданий самостоятельной работы (инвариантной и вариативной частей) и, во-вторых, подготовку к текущей и промежуточной аттестации. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у обучающегося умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий.

### **Рекомендации по подготовке к зачету**

В процессе подготовки к зачету обучающемуся рекомендуется так организовать свою учебу, чтобы все виды работ и заданий, предусмотренные рабочей программой, были выполнены в срок. Основное в подготовке к зачету - это повторение всего материала учебной дисциплины. В дни подготовки к зачету необходимо избегать чрезмерной перегрузки умственной работой, чередуя труд и отдых. При подготовке к сдаче зачета старайтесь весь объем работы распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнения работы. Желательно, чтобы имелся резерв времени. При подготовке к зачету целесообразно повторять пройденный материал в соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, заданий, которые выносятся на зачет и содержатся в данной программе.

**Разработчики:**

РХГА  
(место работы)

Кандидат пед.наук, доцент  
(должность, уч. степень,  
звание)

(подпись)

Мальчукова А.Л.  
(ФИО)



### **Примерные оценочные материалы**

Проведение промежуточной аттестации регламентировано локальным актом РХГА " О порядке организации образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата и программам магистратуры в автономной некоммерческой организации высшего образования "Русская христианская гуманитарная академия им. Ф.М.Достоевского".

Во время зачета, экзамена обучающийся может пользоваться рабочей программой дисциплины, предоставленной преподавателем. Любой другой вспомогательной литературой он может пользоваться только с разрешения экзаменатора.

Использование обучающимся во время зачета, экзамена технических средств категорически запрещено.

### **Примерные домашние задания:**

УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3)

Домашнее задание 1. Визуализация своей мечты (выполняется в рабочей тетради),

Домашнее задание 2. Проектирование дерева целей по достижению мечты,

Домашнее задание 3. Работа над программой саморазвития по достижению мечты

Домашнее задание 4. Выявление основных помех по достижению целей, пути устранения помех.

Домашнее задание 5. Формирование сетевого графика.

Домашнее задание 6. Способы развития важных личностных качеств.

Домашнее задание 7. Список организаций – желанных работодателей.

Домашнее задание 8. Разработка карьерной траектории.

Домашнее задание 9. Соотнесение планов с деревом целей.

Домашнее задание 10. Баланс регулярных и ежедневных дел.

- 
- отдельно оцениваются личностные качества студента (аккуратность, исполнительность, инициативность) – работа у доски, своевременная сдача тестов, отчетов к лабораторным работам и письменных домашних заданий.

**Промежуточный контроль** по результатам семестра по дисциплине проходит в форме зачета.

Презентации проекта – «Моя навигация в жизни» УК - 6 (УК 6.1, УК 6.2, УК 6.3).

## **Инструменты контроля знаний и степени освоения компетенций**

Для проверки знаний и степени освоения компетенций студентов по дисциплине используются как электронные средства, так и бумажные носители информации.

К бумажным средствам контроля относятся экзаменационные билеты.

К электронным средствам, используемым для обучения и контроля, относится программа на платформе **Moodle**, позволяющая программировать варианты тестов и контрольных заданий и задач как в режиме = **обучение** =, так и в режиме = **контроль** =. Студент, войдя в программу по индивидуальному паролю, получает свой вариант случайным образом сформированных тестов или ситуационных задач.

Оценка результатов производится в соответствии с утверждённой шкалой оценивания.

### **Шкала оценивания знаний студента**

**оценку «отлично»** – заслуживает студент, обнаруживший всестороннее, систематическое и глубокое знание программного материала, умение свободно выполнять задания, предусмотренные рабочей программой по учебной дисциплине (модулю), усвоивший обязательную и знакомый с дополнительной литературой, рекомендованной программой. При использовании для контроля тестовой программы – если студент набрал 85 - 100% правильных ответов.

**оценку «хорошо»** – заслуживает студент, показавший полное знание программного материала, усвоивший основную литературу, рекомендованную программой, способный к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшего обучения и профессиональной деятельности. При использовании для контроля тестовой программы – если студент набрал 65 - 84% правильных ответов.

**оценку «удовлетворительно»** – заслуживает студент, показавший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшего обучения и профессиональной деятельности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с основной литературой по программе курса. При использовании для контроля тестовой программы – если студент набрал 55 - 64% правильных ответов.

**оценка «неудовлетворительно»** – выставляется студенту, показавшему пробелы в знании основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. При использовании для контроля тестовой программы – если студент набрал менее 55 % правильных ответов.

**«зачёт»** – заслуживает студент, показавший знание основного учебно-программного материала в объеме, необходимом для дальнейшего обучения и профессиональной деятельности, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой, знакомый с рекомендованной литературой по программе курса. При использовании для контроля тестовой программы – если студент набирает 71% и более правильных ответов.

**«незачет»** – выставляется студенту, показавшему пробелы в знании основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. При использовании для контроля тестовой программы – если студент набирает менее 71 % правильных ответов.

