

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "ГРУППА-
НАЦИОНАЛЬНАЯ ТРЕНИНГ ЛИГА"

«Утверждаю»

Генеральный директор



[Signature] / АРШИНОВА В.В.

«20» января 2025г.

**Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«7 практических шагов к психологической зрелости»**

Направленность: социально-гуманитарная

Адресат программы: лица от 18 лет

Объем программы (трудоемкость): 12,95 академических часов

Срок реализации программы: 2 недели

Форма обучения: заочная (с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения)

г. Москва

2025 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «7 практических шагов к психологической зрелости» (далее – программа) разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами Российской Федерации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 27.07.2006 № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

1.2. Направленность программы: социально-гуманитарная.

1.3. Уровень освоения – стартовый (ознакомительный).

1.4. Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время особенно востребованными стали знания и навыки в области психологического самоанализа, самоопределения, мотивации и формирования психологической зрелости. Люди стремятся получить знания для всестороннего развития личности, социальной адаптации, формирования социально-психологической компетентности, развития аналитических, оценочных и рефлексивных умений.

1.5. Адресат программы: лица, достигшие 18 лет. Требования к уровню образования не предусмотрены.

1.6. Объем программы: 12,95 академических часов.

1.7. Срок реализации программы: 2 недели.

1.8. Режим занятий: 2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа. Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

1.9. Форма обучения: заочная (с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения).

1.10. Особенности набора: программа предусматривает свободный набор лиц, достигших 18 лет. Уровень подготовки не учитывается, так как программа рассчитана на стартовый (ознакомительный) уровень.

1.11. Новизна данной программы заключается в том, что в ней собрана максимальная сжатая и конкретная информация в области психологической зрелости и объективного восприятия реальности, и представлена в доступной для освоения форме.

1.12. Отличительными особенностями данной программы являются:

- определение видов деятельности слушателей, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов;
- в основу реализации программы положен учет возрастных и индивидуальных особенностей слушателей.

1.13. Ведущая идея, на которой базируется программа: каждый слушатель есть неповторимая индивидуальность, обладающая свойственными только ей психическими, физическими и прочими особенностями. Необходимо всестороннее изучение этих особенностей и творческий, комплексный подход к формам и методам их развития.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи программы:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;
- формирование знаний и навыков создания реального опыта ценностных действий, мотивации и принятия решений;
- формирование знаний и навыков управления мышлением и определения своих истинных ценностей;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;
- получение знаний и навыков создания реального опыта ценностных действий, мотивации и принятия решений;
- получение знаний и навыков управления мышлением и определения своих истинных ценностей;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование компонентов программы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Модуль 1. Основа практической психологической взрослости	1,25	1,25		Педагогический контроль
2	Модуль 2. Навыки принятия	1,44	0,44	1,00	Педагогический контроль
3	Модуль 3. Навыки осознанности	1,27	0,27	1,00	Педагогический контроль
4	Модуль 4. Навыки селф - я есть.	1,54	0,54	1,00	Педагогический контроль
5	Модуль 5. Навыки управления мышлением	1,85	0,85	1,00	Педагогический контроль
6	Модуль 6. Навыки определения своих истинных ценностей	1,56	0,56	1,00	Педагогический контроль
7	Модуль 7. Навыки создания реального опыта	1,60	0,60	1,00	Педагогический контроль

	ценностных действий				
8	Модуль 8. Мотивация и решения в моментах жизни	1,44	0,44	1,00	Педагогический контроль
9	Итоговая аттестация (зачет)	1,00		1,00	Тестирование
10	Итого	12,95	4,95	8,00	

5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график является примерным и утверждается отдельно для каждой учебной группы.

Режим занятий: 2-3 раза в неделю по 2-3 ак.часа. Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
По мере набора группы	-	2	12,95	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ¹

6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

6.1. Рабочая программа

Модуль 1. Основа практической психологической взрослости.

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

¹Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план

Модуль 1. Основа практической психологической взрослости.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 1.1. Основа практической психологической взрослости	1,25	1,25		Педагогический контроль
2	Итого	1,25	1,25		

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
По мере набора группы	-	1	1,25	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ²

Содержание обучения.

Тема 1.1. Основа практической психологической взрослости

²Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Теория (1,25 ч.). Введение. Психологическая зрелость. Сущность. Признаки. Эффективное восприятие реальности и комфортное взаимоотношение с ней. Принятие себя, других и природы. Спонтанность, простота и естественность. Центрированность на задаче. Автономия. Свежесть восприятия. Чувство общности с человечеством. Избирательность и глубина межличностных отношений. Разграничение средств и целей. Устойчивые морально-нравственные ценности. Креативность. Критерии оценки взрослости.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 1. Основа практической психологической взрослости.

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы

личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 1. Основа практической психологической взрослости.

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 1. Основа практической психологической зрелости.

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология зрелости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

6.2. Рабочая программа Модуля 2. Навыки принятия.

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической зрелости;
- формирование знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план Модуля 2. Навыки принятия.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 2.1. Навыки принятия	0,44	0,44		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический контроль
3	Итого	1,44	0,44	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
После окончания модуля 1	-	1	1,44	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ³

Содержание обучения.

Тема 2.1. Навыки принятия

Теория (0,44 ч.). Принятие. Сущность. Упражнения на принятие. Боль или страдание. Эмоциональный серфинг. Жизненная активность и гибкость. Необходимые навыки.

Практическое задание

³Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 1.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 2. Навыки принятия.

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 2. Навыки принятия.

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 2. Навыки принятия.

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А.

- Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
 3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

**6.3. Рабочая программа
Модуля 3. Навыки осознанности.**

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план Модуля 3. Навыки осознанности.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 3.1. Навыки осознанности	0,27	0,27		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический контроль
3	Итого	1,27	0,27	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
После окончания модуля 2	-	1	1,27	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ⁴

Содержание обучения.

Тема 3.1. Навыки осознанности.

Теория (0,44 ч.). Осознанность. Сущность. Понятие. Загадка Чингисхана. Гибкость внимания в контакте с реальностью. Разрыв с прошлым и будущим, с концепциями. Медитация.

Практическое задание

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 2.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 3. Навыки осознанности.

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

⁴Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в

соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 3. Навыки осознанности.

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 3. Навыки осознанности.

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

6.4. Рабочая программа Модуля 4. Навыки селф - я есть.

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков принятия, осознанности и самоопределения;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план Модуля 4. Навыки селф - я есть.

		Количество часов	
--	--	-------------------------	--

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
1	Тема 4.1. Навыки селф - я есть	0,54	0,54		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический контроль
3	Итого	1,54	0,54	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
После окончания модуля 3	-	1	1,54	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ⁵

Содержание обучения.

Тема 4.1. Навыки селф - я есть.

Теория (0,54 ч.). Селф наблюдатель. Какой вы человек? Ярлыки, навыки, характер, привычки. Какой этот мир или ситуация обычно? Какой другой человек в ситуации? Контакт с «Я» - осознание себя. Контакт с другими. Душевность, эмпатия. Контекст. Упражнения.

Практическое задание

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 3.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 4. Навыки селф - я есть.

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

⁵Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;

- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 4. Навыки селф - я есть.

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,

- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 4. Навыки селф - я есть.

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

6.5. Рабочая программа Модуля 5. Навыки управления мышлением

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном

совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков управления мышлением и определения своих истинных ценностей;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков управления мышлением и определения своих истинных ценностей;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план

Модуля 5. Навыки управления мышлением

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 5.1. Навыки управления мышлением	0,85	0,85		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический

					контроль
3	Итого	1,85	0,85	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
После окончания модуля 4	-	1	1,85	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ⁶

Содержание обучения.

Тема 5.1. Навыки управления мышлением

Теория (0,85 ч.). Управление мышлением. Разделение с мыслями. Когнитивные искажения. Самые распространенные искажения. Сущность. Здоровое мышление под задачу. Работа с мыслями. Упражнения.

Практическое задание

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 4.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 5. Навыки управления мышлением

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

⁶Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 5. Навыки управления мышлением

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 5. Навыки управления мышлением

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

6.6. Рабочая программа

Модуля 6. Навыки определения своих истинных ценностей

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков управления мышлением и определения своих истинных ценностей;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической зрелости;
- получение знаний и навыков управления мышлением и определения своих истинных ценностей;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план

Модуля 6. Навыки определения своих истинных ценностей

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 6.1. Навыки определения своих истинных ценностей	0,56	0,56		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический контроль
3	Итого	1,56	0,56	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
---------------------	------------------------	---------------------	----------------------	---------------

После окончания модуля 5	-	1	1,56	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ⁷
--------------------------	---	---	------	--

Содержание обучения.

Тема 6.1. Навыки определения своих истинных ценностей

Теория (0,56 ч.). Ценности и смыслы. Понимание смыслов. Внутренняя природа ценностей. Смысл в настоящем. Потребности. Дифференциация ценностей и целей. Открытость к уязвимости. Упражнения.

Практическое задание

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 5.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 6. Навыки определения своих истинных ценностей

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

⁷Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология

предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 6. Навыки определения своих истинных ценностей

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон.

Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной

организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 6. Навыки определения своих истинных ценностей

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

6.7. Рабочая программа

Модуль 7. Навыки создания реального опыта ценностных действий

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков создания реального опыта ценностных действий, мотивации и принятия решений;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков создания реального опыта ценностных действий, мотивации и принятия решений;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план

Модуля 7. Навыки создания реального опыта ценностных действий

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 7.1. Навыки создания реального опыта ценностных действий	0,60	0,60		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический контроль
3	Итого	1,60	0,60	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
После окончания модуля 6	-	1	1,60	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ⁸

⁸Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Содержание обучения.

Тема 7.1. Навыки создания реального опыта ценностных действий

Теория (0,60 ч.). Действия по ценностям. Стремление делать по ценностям. Мышление и планирование. Поступки и не поступки. Принятие обязательств и ответственности. Упражнение. Нюансы. Эффективные паттерны. Отказ от действий против ценностей. Новое действие.

Практическое задание

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 6.

Организационно-педагогические условия реализации

Модуля 7. Навыки создания реального опыта ценностных действий

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели

обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;

3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации

Модуль 7. Навыки создания реального опыта ценностных действий

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 7. Навыки создания реального опыта ценностных действий

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

6.8. Рабочая программа Модуля 8. Мотивация и решения в моментах жизни.

Цель программы – развитие познавательных, творческих и интеллектуальных способностей слушателей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном и нравственном совершенствовании путем получения знаний и навыков в области формирования психологической зрелости человека.

Задачи:

Обучающие задачи:

- формирование знаний об основах практической психологической взрослости;
- формирование знаний и навыков создания реального опыта ценностных действий, мотивации и принятия решений;

Развивающие задачи:

- развитие способности формирования психологической зрелости;
- развитие навыков анализа и самоанализа;
- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;

Воспитательные задачи:

- формирование самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Планируемые результаты обучения.

Предметные результаты:

- получение знаний об основах практической психологической взрослости;
- получение знаний и навыков создания реального опыта ценностных действий, мотивации и принятия решений;

Метапредметные результаты:

- развитие способности использовать полученные знания и навыки в жизни и профессиональной деятельности;
- развитие навыков анализа и самоанализа;

Личностные результаты:

- развитие личностных качеств, самодисциплины и организованности;
- формирование психологической зрелости;

Учебный план

Модуля 8. Мотивация и решения в моментах жизни.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 8.1. Мотивация и решения в моментах жизни	0,44	0,44		Педагогический контроль
2	Практическое задание	1,00		1,00	Педагогический контроль
3	Итого	1,44	0,44	1,00	

Календарный учебный график

Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
После окончания модуля 7	-	1	1,44	2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа ⁹

Содержание обучения.

Тема 8.1. Мотивация и решения в моментах жизни

Теория (0,44 ч.). Принятие решений. Система мотивации и выбора.

Практическое задание

Практика (1,00 ч.). Практическое задание 7.

⁹Для всех видов занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Организационно-педагогические условия реализации Модуля 8. Мотивация и решения в моментах жизни.

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;

- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Материально-технические условия реализации Модуля 8. Мотивация и решения в моментах жизни.

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.
- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;

- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

Информационные и учебно-методические условия Модуля 8. Мотивация и решения в моментах жизни.

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.

2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>

7. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Практические задания.

Практическое задание 1.

Проделайте практику из урока. Опишите ваши ощущения во время практик. Выберите для себя способ ведения наблюдения за опытом принятия в течение дня. Поделитесь после реального проживания насколько приятнее или легче был ваш жизненный опыт.

Практическое задание 2.

Напишите, что такое осознанность. Возвращайте себя в осознанность каждые 30 минут.

Практическое задание 3.

Проделайте упражнение из урока. Опишите свои ощущения.

Практическое задание 4.

Ответьте на вопросы:

- Какие методы можно применить для развития навыков управления мышлением?
- Какие преимущества имеют люди, умеющие контролировать свои мысли?
- Как влияют навыки управления мышлением на решение повседневных задач?
- Как оценить свой уровень управления мышлением и определить области для улучшения?
- Какие ошибки чаще всего мешают людям эффективно управлять своим мышлением?

Практическое задание 5.

Сделайте задание «Жизненный компас» из приложенного материала.

Практическое задание 6.

Ответьте на вопросы:

- Как можно создать свой уникальный опыт ценностных действий?

- Как важно соотношение ценностей с действиями для чувства удовлетворенности?
- Какие шаги помогут превратить ценности в реальные поступки?
- Какие примеры практического применения ценностей в жизни могут быть вдохновляющими?
- Как избежать противоречий между заявленными ценностями и фактическим поведением?

Практическое задание 7.

Ответьте на вопросы:

- Какие инструменты помогают поддерживать постоянное движение к целям в жизни?
- Какие методики эффективны для поддержания мотивации на протяжении длительного времени?
- Какова роль планирования и стратегического мышления в достижении стабильного прогресса?
- Как периодически оценивать свой прогресс и вносить коррективы в движении по жизни?
- Какие техники саморегуляции помогают поддерживать здоровый баланс и избегать выгорания?

Примерные задания для итогового тестирования.

1. Что такое психологическая зрелость?
 - А. Стремление к совершенству личности.
 - В. Способность эффективно решать проблемы и справляться с жизненными трудностями.
 - С. Власть над другими людьми.
2. Что из перечисленного является одним из признаков психологической зрелости?
 - А. Недостаток самоконтроля.
 - В. Способность к эмпатии и пониманию чувств других людей.
 - С. Невозможность принятия решений.
3. В чем заключается важность психологической зрелости для психологического развития личности?
 - А. Отсутствие влияния на общение с окружающими.
 - В. Способность строить долгосрочные и здоровые отношения.
 - С. Невозможность самоутверждения.

4. Какие аспекты жизни освещает понятие психологической зрелости?
 - А. Только личностные качества.
 - В. Личностные качества, психологические механизмы и межличностные отношения.
 - С. Только влияние образования.

5. Какие черты характера свойственны психологически зрелому индивиду?
 - А. Эгоцентризм и недостаток эмпатии.
 - В. Открытость к новым идеям и гибкость в поведении.
 - С. Агрессивность и нервозность.

6. В каком возрасте обычно формируется психологическая зрелость?
 - А. В подростковом возрасте.
 - В. В юношеском возрасте.
 - С. Взрослый возраст - ключевой период для формирования психологической зрелости.

7. Что подразумевает концепция "психологическая зрелость как основа практической психологической взрослости"?
 - А. Отсутствие эмоциональной устойчивости.
 - В. Способность применять психологические знания в повседневной жизни и взаимодействии с окружающими.
 - С. Незнание влияния психологических факторов на поведение.

8. Что означает практическая психологическая взрослость?
 - А. Независимость от других людей.
 - В. Способность применять психологические знания для решения конкретных жизненных задач.
 - С. Отсутствие понимания собственных эмоций.

9. Какие навыки чаще всего ассоциируются с психологической зрелостью?
 - А. Способность к манипуляциям.
 - В. Умение выражать свои чувства и эмоции конструктивным образом.
 - С. Неумение слушать других.

10. Что является основным критерием психологической зрелости?
 - А. Способность к самоутверждению.
 - В. Готовность принимать ответственность за свои поступки.
 - С. Независимость от окружающих.

11. Как влияет психологическая зрелость на общение в коллективе?
 - А. Затрудняет установление контактов с другими.
 - В. Способствует конструктивному общению и решению конфликтов.

- С. Повышает вероятность возникновения конфликтных ситуаций.
12. Какие факторы способствуют развитию психологической зрелости?
А. Избегание жизненных трудностей.
В. Открытость к саморазвитию, умение учиться на своих ошибках.
С. Стремление к перфекционизму.
13. Какова роль самопознания в формировании психологической зрелости?
А. Отрицательная.
В. Ключевая - самопонимание помогает лучше понять свои эмоции, принципы и ценности.
С. Не имеет значения.
14. Каковы последствия отсутствия психологической зрелости?
А. Легкость в решении жизненных проблем.
В. Агрессивное поведение и проблемы в межличностных отношениях.
С. Равнодушие к чувствам других.
15. Какие качества характеризуют положительный эффект психологической зрелости на личность?
А. Эмоциональная неустойчивость и неспособность принимать решения.
В. Эмпатия, ответственность, способность к саморазвитию.
С. Уклонение от проблем и конфликтов.

8. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы аттестации и контроля.

Оценка качества освоения программы производится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам обучения.

В процессе реализации программы используется текущий контроль и итоговая аттестация.

Текущий контроль включает в себя наблюдение преподавателя за работой обучающихся.

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме зачета посредством прохождения тестирования.

Для аттестации слушателей на соответствие их персональных достижений требованиям образовательной программы созданы фонды оценочных средств, включающие типовые задания, методы контроля, позволяющие оценить знания и умения.

По результатам итоговой аттестации, выставляется итоговая оценки по двухбалльной системе («зачтено», «не зачтено»).

Оценка	Критерии оценки
Зачтено	Оценка «Зачтено» выставляется слушателю, если он твердо знает материал курса, грамотно и по существу использует его, не допуская существенных неточностей в ответе на тестовые вопросы, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов. Не менее 80% правильных ответов при решении итогового теста.
Незачтено	Оценка «Не зачтено» выставляется слушателю, который не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями решает практические вопросы или не справляется с ними самостоятельно. Менее 80% правильных ответов при решении итогового теста.

Основные принципы системы оценки:

- доброжелательное отношение к слушателю;
- конкретный анализ трудностей, которые испытал слушатель при выполнении практических заданий, а также допущенных им ошибок;
- конкретные указания на то, как можно улучшить достигнутый результат во время следующей попытки.

Подобный подход к контролю и оценке умений слушателей ориентирован на успехи, а не на неудачи, на их поощрение, поддержку.

Критерии оценки уровня сформированности умений и навыков.

Уровень	Критерий
Высокий	Самостоятельная деятельность слушателя; при выполнении той или иной деятельности слушатель не испытывает особых затруднений;
Средний	При выполнении той или иной деятельности слушатель испытывает минимальные затруднения, прибегает к помощи преподавателя, стремится исправить указанные ошибки, самостоятельно выполняет задания
Низкий	Слушатель испытывает серьезные затруднения при выполнении той или иной деятельности, нуждается в постоянной помощи и контроле преподавателя; овладел менее чем 1/3 навыками, умениями

9.РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ.

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп слушателей по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «7 практических шагов к психологической зрелости».

Цель: совершенствование важнейших сторон личности слушателя, таких как саморазвитие на основе мотивации к познанию, развитие самостоятельности, целеустремленности, общей культуры.

Задачи:

- сформировать готовность и способность слушателей к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- сформировать целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики;
- воспитать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- воспитать умение воспринимать социальные нормы, правила поведения.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

Содержание программы воспитания дает возможность формировать у слушателей такие результаты, как:

- формирование готовности и способности слушателей к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- воспитание осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;
- освоение социальных норм, правил поведения;

Содержание работы с слушателями

Работа с слушателями включает:

- формирование умений и навыков самостоятельной деятельности, самоорганизации, ответственности;
- развитие творческого потенциала слушателей;
- содействие формированию активной позиции.

10. ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Карта самооценки слушателям и экспертной оценки педагогом компетентности слушателя

Оцените, пожалуйста, по пятибалльной шкале знания и умения, которые вы получили, при этом впишите соответствующую цифру (1 – самая низкая оценка, 5 – самая высокая).

№ п/п	Характеристика знаний, умений, навыков	Шкала оценки					Сумма баллов	Результат
		1	2	3	4	5		
1.	Освоил теоретический материал по разделам и темам программы (могу ответить на вопросы педагога)							
2.	Понимаю термины, используемые на занятиях							
3.	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности							
4.	Научился самостоятельно выполнять творческие задания							
5.	Умею воплощать свои творческие замыслы							
6.	Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях							
7.	Научился получать информацию из различных источников							
8.	Мои достижения в результате занятий							

11. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Принципы отбора содержания программы

При отборе теоретического материала и установлении его последовательности соблюдаются следующие принципы:

- структурирование учебного материала с учетом объективно существующих связей между его темами;
- актуальность, значимость учебного материала для слушателя.

Основные формы и методы

Формы занятий делятся на следующие категории:

- микрогрупповые;
- индивидуальные.

Основные формы проведения занятий - учебное занятие в формате электронного синхронного и асинхронного онлайн-урока с помощью платформы <https://getcourse.ru/>

В процессе реализации программы используются следующие *методы обучения*:

- 1) словесные: рассказ, беседа, объяснения, дискуссия;
- 2) объяснительно-иллюстративные (информационно-рецептивные);
- 3) практические задания, самостоятельная работа;
- 4) аналитические: наблюдение, сравнение, самоконтроль, опрос;

Методическое обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов методического материала: учебно-методические пособия, учебная литература и другие информационные материалы.

Педагогические технологии и методики. В обучении применяются особые технологии, выбор которых будет зависеть от выбранной модели обучения индивидуально с каждым слушателем. Личностно – ориентированные технологии ставят в центр всей образовательной системы личность обучающегося. Обеспечение комфортных, бесконфликтных условий ее развития, реализацию ее природных потенциалов. Именно на такие технологии опирается программа.

1) Технология индивидуального образовательного маршрута

Данная технология имеет целью реализовать следующие права и возможности слушателя:

- право на выбор или выявление индивидуального смысла и целей в обучении;
- право выбора индивидуального темпа обучения, форм и методов решения образовательных задач, способов контроля, рефлексии и самооценки своей деятельности;
- превышение (опережение или углубление) осваиваемого содержания учебного плана.

Основные элементы индивидуальной образовательной деятельности слушателя – это смысл деятельности (зачем я это делаю); постановка личной цели (предвосхищающий результат); план деятельности; реализация плана; рефлексия (осознание собственной деятельности); оценка; корректировка или переопределение целей.

Условием достижения целей и задач личностно-ориентированного обучения является сохранение индивидуальных особенностей слушателя, его уникальности и разноплановости. Для этого применяются следующие способы:

- индивидуальные задания;
- формулировка слушателям открытых заданий, которые предполагают их выполнение индивидуально каждым слушателем;
- предложение слушателю составить план занятия для себя, выбрать содержание своего задания для самостоятельной работы.

2) Технология сотрудничества

Главная идея обучения в сотрудничестве — педагог и слушатель вместе проходят весь образовательный процесс, находятся на равных позициях, что помогает слушателю чувствовать себя более раскованно и быстрее адаптироваться к образовательному процессу. Такая технология предполагает общность цели и задач, индивидуальную ответственность и равные возможности успеха.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические материалы для обучения;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя литературу, необходимую для обучения.

Второй компонент – система средств обучения.

Дидактические средства: иллюстративный материал к темам программы.

Третий компонент – система средств контроля результативности реализации программы: педагогический контроль в ходе учебных занятий и итоговая аттестация.

Педагогические (кадровые) условия

Программу реализует педагог(и) дополнительного образования. Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования», утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 11.01.2011 № 1н.

Требования к педагогам дополнительного образования

Требования к образованию и обучению:

Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки"

или

Высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным

общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности

или

Успешное прохождение слушателями промежуточной аттестации не менее чем за два года обучения по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ.

Требования к опыту практической работы: не менее двух лет в должности педагога дополнительного образования, иной должности педагогического работника - для старшего педагога дополнительного образования.

Особые условия допуска к работе:

Отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации;

Прохождение обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров.

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническая база образовательной организации оснащена необходимым оборудованием для доступа в интернет по выделенному каналу.

Организация, осуществляющая обучение имеет необходимое серверное оборудование, обеспечивающее функционирование электронной информационно-образовательной среды, и высокоскоростной канал доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Обучение проводится посредством электронной образовательной среды (платформы) <https://getcourse.ru/>.

Для освоения образовательной программы слушатель должен иметь доступ в сеть интернет, а также персональный компьютер или смартфон. Используемое для обучения программное обеспечение и техника слушателя должны соответствовать следующим техническим требованиям:

- для персонального компьютера: процессор с частотой работы от 1.5ГГц, Память ОЗУ объемом не менее 4 Гб, Жесткий диск объемом не менее 128 Гб, Монитор от 10 дюймов с разрешением от 1440*900 точек (пикселей), ОС Windows 7+ или Mac OS X от 10.7+, Браузер Google Chrome последней версии.

- для смартфона: операционная система Android версии 5.0 и выше, а также ОС iOS версии 10.0 и выше. оперативная память от 1 гб и выше, экран от 720×1280 и выше, Браузер Google Chrome последней версии.

Каждый слушатель обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной платформе из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»).

Электронная информационно-образовательная среда образовательной организации обеспечивает:

- доступ к настоящей Программе, видеоурокам, конспектам к каждому уроку в виде электронного файла в формате PDF, пошаговым инструкциям и дополнительным материалам;
- формирование электронного архива выполненных работ и тестов слушателя, в том числе сохранение оценок и комментариев менторов по этим работам и тестам.

При реализации настоящей Программы с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения и электронного обучения электронная информационно-образовательная среда образовательной организации дополнительно обеспечивает:

Фиксацию хода образовательного процесса, результатов выполнения домашних практических работ, выполнения тестов, предварительной аттестации и результатов освоения Программы:

- просмотр видеоуроков,
- процедуру оценки результатов обучения, реализация которых предусмотрена с применением исключительно электронного обучения.

Взаимодействие между участниками образовательного процесса посредством сети Интернет.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией лиц, ее использующих и поддерживающих.

Функционирование электронной информационно-образовательной среды соответствует законодательству Российской Федерации.

Совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств образовательной организации обеспечивает освоение слушателями программы в полном объеме независимо от места нахождения слушателей.

Организация, осуществляющая обучение обеспечена необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, которое подлежит обновлению при необходимости.

Реализация настоящей Программы обеспечивается педагогическими работниками и/или лицами, привлекаемыми образовательной организацией к реализации Программы на их условиях.

13. ИНФОРМАЦИОННЫЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Основная литература:

1. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В.А. Кручинин, Н.Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур.- строит. ун-т. – Н. Новгород: ННГАСУ, 2016. – 219 с.
2. Психология взрослости / Ильин Е. П. — СПб.: Питер, 2012. — 544 с.
3. Психологическая зрелость личности / Под общ. ред. Л.А. Головей. – СПб.: Скифия-принт, СПбГУ, 2014. – 240 с.

Интернет-ресурсы:

1. Научная электронная библиотека Elibrary - <https://elibrary.ru/>