

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Белгородский Валерий Савельевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 25.06.2024 12:39:22  
Уникальный программный ключ:  
8df276ee93e17c18e7bee9e7cad2d0ed9ab82473

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основы самопознания и саморазвития

---

Уровень образования	Бакалавриат
Направление подготовки	37.03.01 Психология
Профиль	Социальная психология
Срок освоения образовательной программы по очной форме обучения	4 года
Форма обучения	Очная

Учебная дисциплина Основы самопознания и саморазвития изучается в первом семестре.  
Курсовая работа не предусмотрена

#### 1.1. Форма промежуточной аттестации

Экзамен

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

Учебная дисциплина Основы самопознания и саморазвития относится к обязательной части.

#### 1.3. Цели и планируемые результаты обучения по дисциплине

Целями изучения дисциплины Основы самопознания и саморазвития являются:

- формирование теоретических знаний о внутренних стимулах саморазвития личности, психологической саморегуляции, рефлексии, методах и принципах самообразования и практических навыков самопознания, саморазвития и самоменеджмента;
- формирование представлений о самопознании и саморазвитии, их видах, формах и психологических механизмах, возможностях их использования для раскрытия личностного потенциала, поддержания оптимального уровня профессиональной компетенции;
- развитие у обучающихся мотивации к самопознанию и саморазвитию, расширение возможностей использования собственного личностного потенциала в профессиональной деятельности;
- формирование у обучающихся компетенций, установленных образовательной программой в соответствии с ФГОС ВО по данной дисциплине.

Результатом обучения по дисциплине является овладение обучающимися знаниями, умениями, навыками и опытом деятельности, характеризующими процесс формирования компетенций и обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения дисциплины

## Формируемые компетенции и индикаторы достижения компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</p>	<p>ИД-УК-6.1 Использование инструментов и методов управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей; ИД-УК-6.2 Определение приоритетов собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста. Построение профессиональной карьеры и определение стратегии профессионального развития ИД-УК-6.3 Оценка требований рынка труда и предложений образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста; ИД-УК-6.4 Определение задач саморазвития и профессионального роста, распределением их на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения;</p>
<p>ОПК-7 Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией</p>	<p>ИД-ОПК-7.1 Анализ своей профессиональной компетентности, определение задач профессионального саморазвития ИД-ОПК-7.2 Понимание значимости и выражение готовности работать под супервизией</p>

Общая трудоёмкость учебной дисциплины по учебному плану составляет:

по очной форме обучения	5	з.е.	160	час.
-------------------------	---	------	-----	------