

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Методические указания**  
по выполнению практических работ по дисциплине  
«ПРОЕКТИРОВАНИЕ ТРАЕКТОРИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА И  
ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ»  
для студентов направления подготовки  
44.04.01 «Педагогическое образование»,  
направленность (профиль): «Физическое образование»

Ставрополь, 2026

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

**Практическая работа 1.** Развитие человека как субъекта профессиональной деятельности

**Практическая работа 2.** Теоретические основы профессионального самоопределения личности

**Практическая работа 3.** Профилактика и коррекция синдрома эмоционального выгорания, профессиональных деструкций личности

**Практическая работа 4.** Сущность индивидуальных образовательных траекторий

**Практическая работа 5.** Проектирование маршрутов профессионального самообразования и личностного роста

**Практическая работа 6.** Разработка и реализация индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста

## ВВЕДЕНИЕ

### 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины: формирование набора общенаучных и профессиональных компетенций будущего магистра по направлению подготовки «Педагогическое образование»

Задачи дисциплины: сформировать способности студентов осуществлять личностное развитие; формирование умений проектировать содержание своего профессионального роста; овладение способами личностного и профессионального самосовершенствования, способности проектирования индивидуальных образовательных маршрутов; способности проектирования дальнейшего образовательного маршрута и профессиональной карьеры.

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

| Код, формулировка компетенции                                                                                                      | Код, формулировка индикатора                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-6 – способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки | ИД-1 <sub>УК-6</sub> Готов к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала<br>ИД-2 <sub>УК-6</sub> Определяет и реализовывает приоритеты собственной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Готовность осуществлять профессиональное и личностное самообразование, проектировать дальнейшие образовательные маршруты и профессиональную карьеру                                                                                                                                                                                        |
| ОПК-8 Способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследования           | ИД-1 <sub>ОПК-8</sub> Выявляет особенности педагогической деятельности; требования к субъектам педагогической деятельности, а также к результатам научных исследований в сфере педагогической деятельности.<br>ИД-2 <sub>ОПК-8</sub> Использует современные специальные научные знания и результаты исследований для выбора методов педагогической деятельности.<br>ИД-3 <sub>ОПК-8</sub> Применяет методы, формы и средства педагогической деятельности, осуществляет их выбор в зависимости от контекста профессиональной деятельности с учётом результатов научных исследований | Готовность осуществлять проектирование профессиональной деятельности на основе научной методологии, результатов научных исследований, применять результаты научных исследований и реализации проектов при решении конкретных научно-исследовательских задач в сфере науки и образования, самостоятельно осуществлять научное исследование. |
| ПК-5 – Способен анализировать, сравнивать, оценивать, выбирать, разрабатывать                                                      | ИД-1 <sub>ПК-5</sub> Демонстрирует знание алгоритма и технологий проектной деятельности, состава,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Готовность применять научные методы для всестороннего анализа современного физического                                                                                                                                                                                                                                                     |

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>методологические, психолого-педагогические и дидактико-методические подходы к проектированию и отбору содержания физического образования</p> | <p>назначения и применения инновационных ресурсов для проектирования образовательных программ; ИД-2ПК-5 Проектирует образовательный процесс на различных уровнях физического образования на основе современных методологических подходов; ИД-3ПК-5 Проектирует инновационное содержание учебных дисциплин, форм и методов контроля результатов обучения</p> | <p>образования, инновационные методики и технологии проектирования содержания физического образования, разрабатывать и внедрять в образовательный процесс методическое обеспечение и сопровождение учебных дисциплин и курсов по физике, в том числе с использованием современных информационно-коммуникационных технологий и глобальных информационных ресурсов в области физического образования.</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

# **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

## **Практическая работа 1.**

### **Развитие человека как субъекта профессиональной деятельности**

**Цель занятия** – дать представление о понятиях профессия, специальность, профессиональное самоопределение, квалификация, профессиональное образование, профессиональная адаптация, профессиональная деятельность, профессиональное развитие, личностно-профессиональное развитие, профессионализм личности.

#### **Задачи занятия:**

- изучить акмеологические основы профессионального развития.
- рассмотреть психологические основы профессиональной подготовки и переподготовки.
- изучить стадии профессионального становления личности.

#### **Вопросы для освоения:**

1. Основные понятия: профессия, специальность, профессиональное самоопределение, квалификация, ступень квалификации, профессиональное образование, профессиональная адаптация, профессиональная деятельность, психическое развитие, профессиональное развитие, личностно-профессиональное развитие, профессионализм личности.
2. Этапы развития человека как субъекта труда в онтогенезе. Периодизации развития человека как субъекта труда по Е. А. Климову. Уровневая организация профессионализма. Варианты профессиональных карьер, фазы профессионального развития личности.
3. Критерии профессионального развития. Внешние и внутренние факторы профессионального развития.
4. Карьера как социальное явление и как предмет проектирования. Горизонтальная и вертикальная карьера. Этапы стандартной карьеры. Технологии построения карьеры. Подходы к управлению карьерой. Основные этапы процесса управления карьерой. Типовые модели карьерного роста. Технологии управления и построения карьеры
5. Акмеологические основы профессионального развития.
6. Психологические основы профессиональной подготовки и переподготовки. Факторы, определяющие успешность профессиональной деятельности (совокупность устойчивых личностных образований: способности, мотивы, характерологические особенности, особенности системы саморегуляции и другие структуры, определяющие своеобразие индивидуально-психологических проявлений личности)..

#### **Задания для выполнения и методические рекомендации:**

##### **Задание**

1. Классификации профессий. Классификация профессий по Е. А. Климову. Модульный подход к классификации профессий. Профессиональная роль. Подготовьте презентацию по одной из категорий: «Человек-знак», «Человек-природа», «Человек -художественный образ», «Человек-Человек», «Человек-техника».
2. Дайте определения понятиям «становление личности», социальная ситуация развития. Природная среда, биологический фактор, социальный фактор, активность личности, случайные события и обстоятельства.
3. Определите понятие «профессиональное становление личности».
4. Рассмотрите стадии профессионального становления личности, кризисы профессионального становления личности.
5. Дайте определение понятию «профессиональная деятельность учителя»?

## **Практическая работа 2.**

### **Теоретические основы профессионального самоопределения личности**

**Цель занятия** – дать представление о принципах и критериях профессионального самоопределения.

**Задачи занятия:**

- провести обзор принципов и критериев профессионального самоопределения;
- изучить взаимосвязь этапов профессионального самоопределения личности и ее возрастного развития.

**Вопросы для освоения:**

1. Профессиональное самоопределение в процессе адаптации, профессиональной подготовки, профессиональной деятельности.
2. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения на различных этапах.
3. Профессиональная карьера. Планирование карьеры. Этапы карьеры. Фазы профессионального роста. Ступени профессионализма. Условия карьерного роста. Процесс профессионального развития (по Р. Бояцису).

**4. Задания для выполнения и методические рекомендации:**

**Задание**

1. Определите дифференциально-психологические особенности различных профессий. Проблемы трудоустройства молодежи.
2. Ответьте на следующие вопросы:
  - Мое идеальное Я: кем я хочу быть?;
  - Моя реальная сущность: кто я есть?
  - Мои сильные стороны: в чем мой идеал совпадает с 13 моими реальными качествами?
  - Личностные разрывы: где мои реальные качества расходятся с идеалом?
  - Моя программа самосовершенствования: как я могу развивать свои достоинства и одновременно сокращать разрыв между реальным и идеальным Я?
  - Какие фазы личного профессионального роста я могу определить?.
3. Составьте сопроводительное письмо к потенциальному работодателю.
4. Подготовьте текст объявления о предложении Ваших услуг для размещения в СМИ.
5. Составьте персональное резюме.

## **Практическая работа 3.**

### **Профилактика и коррекция синдрома эмоционального выгорания**

**Цель занятия** - сформировать представление о профилактике и коррекции синдрома эмоционального выгорания

**Задачи занятия:**

- рассмотреть виды профессиональных стрессов у представителей разных профессий.
- изучить методы оптимизации уровня стресса;

**Вопросы для освоения:**

1. Управление профессиональным стрессом.
2. Синдром «эмоционального выгорания» и копинг-стратегии.
3. Выгорание в различных профессиях.
4. Модели и методы эмоционального выгорания.
5. Профилактика выгорания.

6. Ресурсные концепции преодоления выгорания.
7. Нормальное профессиональное развитие и признаки деформации.

**Задания для выполнения и методические рекомендации:**

**Задание 1.**

1. Рассмотреть феноменологию профессионально-обусловленных деструкций личности.
2. Определить психологические детерминанты профессиональных деструкций и уровни профессиональных деформаций.
3. Проанализировать психотехнологию преодоления профессиональной деформации личности.
4. Технологии управления своими эмоциональными состояниями.
- 5.

**Практическая работа 4.**

**Сущность индивидуальных образовательных траекторий**

**Цель занятия** – сформировать представление об индивидуальных образовательных траекториях.

**Задачи занятия:**

- рассмотреть понятие «индивидуальная образовательная траектория»;
- рассмотреть особенности построения индивидуальной образовательной траектории;
- изучить индивидуальные траектории воспитания, обучения и развития.
- определить особенности проектирования индивидуального плана, индивидуального маршрута, индивидуальной программы обучения и развития.

**Вопросы для освоения:**

1. Технологии профессионального развития личности в сфере образования.
2. Педагогическая направленность педагога.
3. Сущность профессионально-педагогической направленности личности.
4. Подходы в определении сущности и структуры педагогической направленности.
5. Структура профессиональной компетентности педагога.
6. Основные пути развития профессиональной компетентности.
7. Структура профессионального самосознания.
8. Знаниево–ориентированные образовательные траектории. Творчески–ориентированные образовательные траектории. Практико–ориентированные образовательные траектории. Социально–ориентированные образовательные траектории. Индивидуально–ориентированные образовательные траектории. Личностно–ориентированные образовательные траектории.

**Задания для выполнения:**

1. В чем состоят отличия индивидуального плана, индивидуальной программы, индивидуального маршрута, индивидуальной траектории?
2. Какие виды индивидуальной образовательной траектории Вам знакомы, какие из них наиболее часто практикуются для профессионального саморазвития?
3. Каким образом можно минимизировать негативное и усилить позитивное влияние образовательной среды на профессиональное саморазвитие и личностный рост?
4. Разработайте сценарии дальнейшего профессионального и личностного роста.
5. Выявите ресурсы, с помощью которых вы сможете реализовать эти сценарии.
6. Рассмотреть психологические факторы профессионального развития сотрудников сферы образования. Источники развития самосознания. Процесс развития. Профессиональное самосознание. Я – концепция.

7. Изучить технологии профессионального развития в сфере образования.
8. Рассмотреть методы работы, ориентированные на профессиональное развитие.
9. Выявить основные методы тренинговой работы.
10. Сформулируйте факторы и критерии успешности профессиональной деятельности педагога. Например, критерием успешности может быть индивидуальная образовательная траектория педагога, включающая такие аспекты: вариативные учебные планы и образовательные программы, определяющие индивидуальный образовательный маршрут; специальные педагогические технологии; обучение на курсах повышения квалификации; обобщение и распространение опыта через районное и школьное методические объединения по вопросам выбранной темы; посещение семинаров и открытых занятий в своем ОУ, в учреждениях района и т.д.; изучение мастер-классов разных уровней (районных, городских, областных и иных); консультации методистов своего ОУ, других учреждений разного уровня; создание творческих групп; объединение в группы с коллегами со смежными темами (или ранее занимающимися изучением данного вопроса), наставничество, СМИ и т.д.

### **Практическая работа 5.**

#### **Проектирование маршрутов профессионального самообразования и личностного роста**

**Цель занятия** - дать представление о проектировании маршрутов профессионального самообразования и личностного роста.

**Задачи занятия:**

- изучить особенности проектирования индивидуальной траектории профессионального самообразования;
- рассмотреть знаниево- и практико-ориентированные индивидуальные траектории профессионального саморазвития и личностного роста.

**Вопросы для освоения:**

1. Индивидуальная образовательная траектория как объект управления.
2. Отличие индивидуально-ориентированных образовательных и личностно-ориентированных образовательных траекторий.
3. Целесообразность разработки индивидуальной траектории профессионального самообразования.
4. Результаты реализации индивидуальной траектории обучения.
5. Система образования как ресурс повышения профессионального роста и личностного развития.
6. Профессиональные и гибкие компетенции. Коммуникативная компетентность и эмоциональный интеллект. Критическое и стратегическое мышление. Умение принимать решения и нести за него ответственность. Лидерство, учитель – лидер. Умение работать в команде.

**Задания для выполнения:**

1. Составьте и заполните таблицу, в которой отражены особенности разработки индивидуальных траекторий профессионального саморазвития:

| Сферы выбора                            | Возможности и ресурсы | Ограничение выбора и возможности его расширения |
|-----------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------|
| «самообразование вне сферы образования» |                       |                                                 |

|                                                          |  |  |
|----------------------------------------------------------|--|--|
| «самообразования в рамках профессиональной деятельности» |  |  |
|----------------------------------------------------------|--|--|

2. Составьте алгоритм классификации индивидуальных образовательных траекторий.
3. Учитывая разработанный алгоритм, составьте две принципиально разные схемы, отражающие суть классификаций образовательных траекторий по различным основаниям.
4. Проанализируйте составленные сценарии дальнейшего профессионального и личностного роста.
5. Дайте определение следующим понятиям и оцените «свой потенциал»:
  - Квалификационный потенциал: профессиональные знания, умения и навыки.
  - Психофизиологический потенциал: работоспособность.
  - Образовательный потенциал: интеллектуальные способности.
  - Творческий потенциал: креативные способности.
  - Коммуникативный потенциал: навыки общения и сотрудничества.
  - Мотивационный потенциал: потребность в развитии, рабочая мотивация.
6. В чем заключается способность к самообразованию и непрерывному образованию.

### **Практическая работа 6.**

#### **Разработка и реализация индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста**

**Цель занятия** - дать представление разработке и реализации индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста.

#### **Задачи занятия:**

- рассмотреть ресурсы саморазвития;
- проанализировать траектории профессионального самообразования и личностного роста;

#### **Вопросы для освоения:**

1. Различия и сходства между индивидуальными траекториями воспитания и развития.
2. Риски, возникающие в процессе разработки индивидуальных траекторий воспитания и развития.
3. Разработка индивидуальной траектории самовоспитания для личностного развития.
4. Критерии и показатели валидности разработанной индивидуальной траектории личностного развития.
5. Сущность понятий эффективность, персональная эффективность. Источники индивидуальной эффективности.
6. Самооценка могу (способности, ресурсы, возможности ситуации). Локус контроля должен (обязательства, требования, правила) Уровень притязаний хочу (потребности, интересы, ценности).
7. Постановка целей. Технология целеполагания. Критерии SMART. SWOT-анализ. Способы самореализации. Жизненные ценности. Рабочая среда.

#### **Задания для выполнения и методические рекомендации:**

1. Формулировка и систематизация жизненных целей. «Цель – средства».
2. Составьте и заполните таблицу, в которой отражены особенности разработки индивидуальных траекторий личностного развития:

|              |                       |                                                 |
|--------------|-----------------------|-------------------------------------------------|
| Сферы выбора | Возможности и ресурсы | Ограничение выбора и возможности его расширения |
|--------------|-----------------------|-------------------------------------------------|

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

3. Коммуникативная компетентность специалиста способствует созданию его позитивного имиджа. Развитие коммуникативной компетентности происходит в результате специального обучения и работы над собой.

Заполните таблицу:

| Барьер профессионального общения | Причина возникновения | Способы преодоления |
|----------------------------------|-----------------------|---------------------|
|                                  |                       |                     |

4. Какие общепринятые нравственные требования к общению в профессиональной деятельности учителя, на Ваш взгляд, составляют основу коммуникативной компетентности?

5. Составьте перечни профессионально-важных качеств педагога и руководителя образовательной организации. Какие из них отражают современные тенденции развития образовательной организации? Тренинг: «Я директор школы».

6. Какие требования предъявляются обществом к личности учителя?

7. Что, с Вашей точки зрения, в большей степени определяет социальный статус учителя в современном обществе?

### **Рекомендуемая литература:**

#### **Основная:**

1. Князева, О.Н. Акмеология. Путь к вершине личностно-профессионального развития Электронный ресурс: учебное пособие / сост. О.Н. Князева; Е.В. Алтухова. – Воронеж: Воронежский Государственный Аграрный Университет им. Императора Петра Первого, 2017. – 160 с.
2. Кочетков, М.В. Целостное профессиональное саморазвитие преподавателя в сотворческой педагогической деятельности Электронный ресурс: Монография / М. В. Кочетков. – Красноярск: Сибирский государственный технологический университет, 2013. – 289 с.
3. Митина Л.М. Личностно-профессиональное развитие учителя. Стратегии, ресурсы, риски. – М.: Нестор-история, 2018. – 456 с.
4. Педагог в контексте личностного и профессионального развития: реальность и перспективы: Коллективная монография / под ред. Л.М. Митиной. – М.; Самара: Бахрах-М, 2022. – 276 с.
5. Стратегии и ресурсы личностно-профессионального развития педагога: современное прочтение и системная практика: Сборник научных статей / под ред. Л.М. Митиной. – М.: Психологический институт РАО, 2022. – 308 с.

#### **Дополнительная:**

1. Зубра А. С. Акмеология – ключи к Успеху – Минск : Дикта, 2011. – 194 с.
2. Психолого-педагогические проблемы развития личности в системе многоуровневого профессионального образования: монография / [Асатрян С. С. и др.] ; под ред. Н. П. Клушиной ; М-во образования и науки Рос. Федерации, ГОУ ВПО "Сев.- Кав. гос. техн. ун-т". - Ставрополь : Изд-во СевКавГТУ, 2009. – 436 с.
3. Холодцева Е.Л. Акмеология субъекта профессиональной деятельности / Е.Л. Холодцева; А.Г. Портнова. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2010. – 192 с.

### **Информационные ресурсы:**

1. Психология личности и деятельности педагога  
<http://znaniyum.com/bookread2.php?book=542258>
2. Федеральный портал Российское образование – <http://www.edu.ru>
3. Каталог образовательных интернет-ресурсов – [http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=63](http://www.edu.ru/index.php?page_id=63)
4. Официальный сайт Министерства образования и науки РФ - [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru)
5. Официальный сайт «Федеральный Интернет-экзамен в сфере профессионального

образования» - [www.fepo.ru](http://www.fepo.ru)

6. Российская национальная библиотека – [www.nlr.ru](http://www.nlr.ru) /

7. Национальная электронная библиотека – [www.nns.ru](http://www.nns.ru)/

8. Российская государственная библиотека – [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)/

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

**Методические указания**  
для обучающихся по организации и проведению самостоятельной работы  
по дисциплине  
**«ПРОЕКТИРОВАНИЕ ТРАЕКТОРИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РОСТА И  
ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ»**  
для студентов направления подготовки  
44.04.01 - Педагогическое образование  
Направленность (профиль): «Физическое образование»

Ставрополь, 2026

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                      |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Общие положения .....</b>                                                                                      | <b>10</b> |
| <b>2. Цель и задачи самостоятельной работы.....</b>                                                                  | <b>11</b> |
| <b>3. Технологическая карта самостоятельной работы магистранта .....</b>                                             | <b>11</b> |
| <b>4. Порядок выполнения самостоятельной работы магистрантом .....</b>                                               | <b>12</b> |
| 4.1. Методические рекомендации по работе с учебной литературой .....                                                 | 12        |
| 4.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим и лабораторным занятиям .....                            | 13        |
| 4.3. Методические рекомендации по самопроверке знаний .....                                                          | 14        |
| 4.4. Методические рекомендации по написанию научных текстов (докладов, рефератов, эссе, научных статей и т.д.) ..... | 14        |
| 4.5. Методические рекомендации по выполнению исследовательских проектов.....                                         | 17        |
| 4.6. Методические рекомендации по подготовке к экзаменам и зачетам.....                                              | 19        |
| <b>5. Контроль самостоятельной работы магистрантов .....</b>                                                         | <b>21</b> |
| <b>6. Список литературы для выполнения СРС .....</b>                                                                 | <b>21</b> |

## 1. Общие положения

Самостоятельная работа - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Самостоятельная работа студентов (СРС) в ВУЗе является важным видом учебной и научной деятельности студента.

К основным видам самостоятельной работы студентов относятся:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- написание докладов;
- подготовка к семинарам, практическим и лабораторным работам, их оформление;
- составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- выполнение учебно-исследовательских работ, проектная деятельность;
- подготовка практических разработок и рекомендаций по решению проблемной ситуации;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания дисциплин и т.д.;
- компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов;
- выполнение курсовых работ (проектов) в рамках дисциплин;
- выполнение выпускной квалификационной работы и др.

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, объема часов на ее изучение, вида заданий для самостоятельной работы студентов, индивидуальных качеств студентов и условий учебной деятельности.

Процесс организации самостоятельной работы студентов включает в себя следующие этапы:

- подготовительный (определение целей, составление программы, подготовка методического обеспечения, подготовка оборудования);
- основной (реализация программы, использование приемов поиска информации, усвоения, переработки, применения, передачи знаний, фиксирование результатов, самоорганизация процесса работы);
- заключительный (оценка значимости и анализ результатов, их систематизация, оценка эффективности программы и приемов работы, выводы о направлениях оптимизации труда).

Самостоятельная работа по дисциплине «Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития направлена на формирование следующих **компетенций**:

УК-6 – способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки

ОПК-8 – способен проектировать педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний и результатов исследования

ПК-5 – способен анализировать, сравнивать, оценивать, выбирать, разрабатывать методологические, психолого-педагогические и дидактико-методические подходы к проектированию и отбору содержания физического образования

## 2. Цель и задачи самостоятельной работы

Ведущая цель организации и осуществления СРС совпадает с целью обучения студента – формирование набора универсальных и общепрофессиональных компетенций будущего магистра по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование».

При организации СРС важным и необходимым условием становятся формирование умения самостоятельной работы для приобретения знаний, навыков и возможности организации учебной и научной деятельности. Целью самостоятельной работы студентов является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Задачами СРС являются:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений;
- использование материала, собранного и полученного в ходе самостоятельных занятий на семинарах, на практических и лабораторных занятиях, при написании курсовых и выпускной квалификационной работ, для эффективной подготовки к итоговым зачетам и экзаменам.

## 3. Технологическая карта самостоятельной работы магистранта

| Коды реализуемых компетенций, индикаторов                                                                                                                                                                                                         | Вид деятельности студентов                                                         | Средства и технологии оценки | Объем часов, в том числе |                                    |       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------------|-------|
|                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                    |                              | СРС                      | Контактная работа с преподавателем | Всего |
| 2 семестр                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                    |                              |                          |                                    |       |
| УК-6,<br>ИД-1 <sub>УК-6</sub> ,<br>ИД-2 <sub>УК-6</sub> ;<br><br>ОПК-8,<br>ИД-1 <sub>ОПК-8</sub> ,<br>ИД-2 <sub>ОПК-8</sub> ,<br>ИД-3 <sub>ОПК-8</sub> ;<br><br>ПК-5,<br>ИД-1 <sub>ПК-5</sub> ,<br>ИД-2 <sub>ПК-5</sub> ,<br>ИД-3 <sub>ПК-5</sub> | Выполнение проекта по заданной проблематике.<br>Подготовка к практическому занятию | Проект                       | 62.0                     | 1.0                                | 63.0  |
| Итого за 2 семестр                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                    |                              | 62.0                     | 1.0                                | 63.0  |
| Итого                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                    |                              | 62.0                     | 1.0                                | 63.0  |

## 4. Порядок выполнения самостоятельной работы магистрантом

### 4.1. Методические рекомендации по работе с учебной литературой

При работе с книгой необходимо подобрать литературу, научиться правильно ее читать, вести записи. Для подбора литературы в библиотеке используются алфавитный и систематический каталоги.

Важно помнить, что рациональные навыки работы с книгой - это всегда большая экономия времени и сил.

Правильный подбор учебников рекомендуется преподавателем, читающим лекционный курс. Необходимая литература может быть также указана в методических разработках по данному курсу.

Изучая материал по учебнику, следует переходить к следующему вопросу только после правильного уяснения предыдущего, описывая на бумаге все выкладки и вычисления (в том числе те, которые в учебнике опущены или на лекции даны для самостоятельного вывода).

При изучении любой дисциплины большую и важную роль играет самостоятельная индивидуальная работа.

Особое внимание следует обратить на определение основных понятий курса. Студент должен подробно разбирать примеры, которые поясняют такие определения, и уметь строить аналогичные примеры самостоятельно. Нужно добиваться точного представления о том, что изучаешь. Полезно составлять опорные конспекты. При изучении материала по учебнику полезно в тетради (на специально отведенных полях) дополнять конспект лекций. Там же следует отмечать вопросы, выделенные студентом для консультации с преподавателем.

Выводы, полученные в результате изучения, рекомендуется в конспекте выделять, чтобы они при перечитывании записей лучше запоминались.

Опыт показывает, что многим студентам помогает составление листа опорных сигналов, содержащего важнейшие и наиболее часто употребляемые формулы и понятия. Такой лист помогает запомнить формулы, основные положения лекции, а также может служить постоянным справочником для студента.

Чтение научного текста является частью познавательной деятельности. Ее цель – извлечение из текста необходимой информации. От того на сколько осознанна читающим собственная внутренняя установка при обращении к печатному слову (найти нужные сведения, усвоить информацию полностью или частично, критически проанализировать материал и т.п.) во многом зависит эффективность осуществляемого действия.

Выделяют **четыре основные установки в чтении научного текста:**

информационно-поисковый (задача – найти, выделить искомую информацию)

усваивающая (усилия читателя направлены на то, чтобы как можно полнее осознать и запомнить как сами сведения излагаемые автором, так и всю логику его рассуждений)

аналитико-критическая (читатель стремится критически осмыслить материал, проанализировав его, определив свое отношение к нему)

творческая (создает у читателя готовность в том или ином виде – как отправной пункт для своих рассуждений, как образ для действия по аналогии и т.п. – использовать суждения автора, ход его мыслей, результат наблюдения, разработанную методику, дополнить их, подвергнуть новой проверке).

*Основные виды систематизированной записи прочитанного:*

Аннотирование – предельно краткое связное описание просмотренной или прочитанной книги (статьи), ее содержания, источников, характера и назначения;

Планирование – краткая логическая организация текста, раскрывающая содержание и структуру изучаемого материала;

Тезирование – лаконичное воспроизведение основных утверждений автора без привлечения фактического материала;

Цитирование – дословное выписывание из текста выдержек, извлечений, наиболее существенно отражающих ту или иную мысль автора;

Конспектирование – краткое и последовательное изложение содержания прочитанного.

Конспект – сложный способ изложения содержания книги или статьи в логической последовательности. Конспект аккумулирует в себе предыдущие виды записи, позволяет всесторонне охватить содержание книги, статьи. Поэтому умение составлять план, тезисы, делать выписки и другие записи определяет и технологию составления конспекта.

*Методические рекомендации по составлению конспекта:*

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта;

2. Выделите главное, составьте план;

3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора;

4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.

5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

В тексте конспекта желательно приводить не только тезисные положения, но и их доказательства. При оформлении конспекта необходимо стремиться к емкости каждого предложения. Мысли автора книги следует излагать кратко, заботясь о стиле и выразительности написанного. Число дополнительных элементов конспекта должно быть логически обоснованным, записи должны распределяться в определенной последовательности, отвечающей логической структуре произведения. Для уточнения и дополнения необходимо оставлять поля.

Овладение навыками конспектирования требует от студента целеустремленности, повседневной самостоятельной работы.

### **Вопросы для собеседования по самостоятельно изученной литературе**

1. Индивидуальные планы и программы образования.
2. Индивидуальные образовательные маршруты.
3. Индивидуальные образовательные траектории.
4. Индивидуальные образовательные стратегии.
5. Элементы и компоненты индивидуальных образовательных траекторий.
6. Индивидуальные траектории обучения.
7. Индивидуальные траектории воспитания.
8. Индивидуальные траектории развития.
9. Знаниево-ориентированные образовательные траектории.
10. Творчески-ориентированные образовательные траектории.
11. Практико-ориентированные образовательные траектории.
12. Социально-ориентированные образовательные траектории.
13. Индивидуально-ориентированные образовательные траектории.
14. Личностно-ориентированные образовательные траектории.
15. Ситуации выбора в процессе проектирования индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста.
16. Процедура проектирования индивидуальных траекторий профессионального самообразования.
17. Процедура проектирования индивидуальных траекторий личностного роста.
18. Риски процедуры проектирования индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста и способы их устранения или

минимизации.

19. Создание условий для осмысления ценностей проектирования индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста.

20. Реализация индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста.

#### *4.2. Методические рекомендации по подготовке к практическим и лабораторным занятиям*

Для того чтобы практические и лабораторные занятия приносили максимальную пользу, необходимо помнить, что упражнение и решение задач проводятся по вычитанному на лекциях материалу и связаны, как правило, с детальным разбором отдельных вопросов лекционного курса. Следует подчеркнуть, что только после усвоения лекционного материала с определенной точки зрения (а именно с той, с которой он излагается на лекциях) он будет закрепляться на практических занятиях как в результате обсуждения и анализа лекционного материала, так и с помощью решения проблемных ситуаций, задач. При этих условиях студент не только хорошо усвоит материал, но и научится применять его на практике, а также получит дополнительный стимул (и это очень важно) для активной проработки лекции.

При самостоятельном решении задач нужно обосновывать каждый этап решения, исходя из теоретических положений курса. Если студент видит несколько путей решения проблемы (задачи), то нужно сравнить их и выбрать самый рациональный. Полезно до начала вычислений составить краткий план решения проблемы (задачи). Решение проблемных задач или примеров следует излагать подробно, вычисления располагать в строгом порядке, отделяя вспомогательные вычисления от основных. Решения при необходимости нужно сопровождать комментариями, схемами, чертежами и рисунками.

Следует помнить, что решение каждой учебной задачи должно доводиться до окончательного логического ответа, которого требует условие, и по возможности с выводом. Полученный ответ следует проверить способами, вытекающими из существа данной задачи. Полезно также (если возможно) решать несколькими способами и сравнить полученные результаты. Решение задач данного типа нужно продолжать до приобретения твердых навыков в их решении.

#### *4.3. Методические рекомендации по самопроверке знаний*

После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также решения достаточного количества соответствующих задач на практических занятиях и самостоятельно студенту рекомендуется, провести самопроверку усвоенных знаний, ответив на контрольные вопросы по изученной теме.

В случае необходимости нужно еще раз внимательно разобраться в материале.

Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала - умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу. Однако следует помнить, что правильное решение задачи может получиться в результате применения механически заученных формул без понимания сущности теоретических положений.

#### *4.4. Методические рекомендации по написанию научных текстов (докладов, рефератов, эссе, научных статей и т.д.)*

Перед тем, как приступить к написанию научного текста, важно разобраться, какова истинная цель вашего научного текста - это поможет вам разумно распределить свои силы и время.

Во-первых, сначала нужно определиться с идеей научного текста, а для этого необходимо научиться либо относиться к разным явлениям и фактам несколько

критически (своя идея – как иная точка зрения), либо научиться увлекаться какими-то известными идеями, которые нуждаются в доработке (идея – как оптимистическая позиция и направленность на дальнейшее совершенствование уже известного). Во-вторых, научиться организовывать свое время, ведь, как известно, свободное (от всяких глупостей) время – важнейшее условие настоящего творчества, для него наконец-то появляется время. Иногда именно на организацию такого времени уходит немалая часть сил и талантов.

Писать следует ясно и понятно, стараясь основные положения формулировать четко и недвусмысленно (чтобы и самому понятно было), а также стремясь структурировать свой текст. Каждый раз надо представлять, что ваш текст будет кто-то читать и ему захочется сориентироваться в нем, быстро находить ответы на интересующие вопросы (заодно представьте себя на месте такого человека). Понятно, что работа, написанная «сплошным текстом» (без заголовков, без выделения крупным шрифтом наиболее важным мест и т. п.), у культурного читателя должна вызывать брезгливость и даже жалость к автору (исключения составляют некоторые древние тексты, когда и жанр был иной и к текстам относились иначе, да и самих текстов было гораздо меньше – не то, что в эпоху «информационного взрыва» и соответствующего «информационного мусора»).

Объем текста и различные оформительские требования во многом зависят от принятых в конкретном учебном заведении порядков.

Реферат (доклад) - это самостоятельное исследование студентом определенной проблемы, комплекса взаимосвязанных вопросов.

Реферат не должна составляться из фрагментов статей, монографий, пособий. Кроме простого изложения фактов и цитат, в реферате должно проявляться авторское видение проблемы и ее решения.

Рассмотрим основные этапы подготовки реферата студентом.

Выполнение реферата начинается с выбора темы.

Затем студент приходит на первую консультацию к руководителю, которая предусматривает:

- обсуждение цели и задач работы, основных моментов избранной темы;
- консультирование по вопросам подбора литературы;
- составление предварительного плана.

Следующим этапом является работа с литературой. Необходимая литература подбирается студентом самостоятельно.

После подбора литературы целесообразно сделать рабочий вариант плана работы. В нем нужно выделить основные вопросы темы и параграфы, раскрывающие их содержание.

Составленный список литературы и предварительный вариант плана уточняются, согласуются на очередной консультации с руководителем.

Затем начинается следующий этап работы - изучение литературы. Только внимательно читая и конспектируя литературу, можно разобраться в основных вопросах темы и подготовиться к самостоятельному (авторскому) изложению содержания реферата. Конспектируя первоисточники, необходимо отразить основную идею автора и его позицию по исследуемому вопросу, выявить проблемы и наметить задачи для дальнейшего изучения данных проблем.

Систематизация и анализ изученной литературы по проблеме исследования позволяют студенту написать работу.

Рабочий вариант текста реферата предоставляется руководителю на проверку. На основе рабочего варианта текста руководитель вместе со студентом обсуждает возможности доработки текста, его оформление. После доработки реферат сдается на кафедру для его оценивания руководителем.

*Требования к написанию реферата*

Написание 1 реферата является обязательным условием выполнения плана СРС по любой дисциплине профессионального цикла.

Тема реферата может быть выбрана студентом из предложенных в рабочей программе или фонде оценочных средств дисциплины, либо определена самостоятельно, исходя из интересов студента (в рамках изучаемой дисциплины). Выбранную тему необходимо согласовать с преподавателем.

Реферат должен быть написан научным языком.

Объем реферата должен составлять 20-25 стр.

*Структура реферата:*

- Введение (не более 3-4 страниц). Во введении необходимо обосновать выбор темы, ее актуальность, очертить область исследования, объект исследования, основные цели и задачи исследования.

- Основная часть состоит из 2-3 разделов. В них раскрывается суть исследуемой проблемы, проводится обзор мировой литературы и источников Интернет по предмету исследования, в котором дается характеристика степени разработанности проблемы и авторская аналитическая оценка основных теоретических подходов к ее решению. Изложение материала не должно ограничиваться лишь описательным подходом к раскрытию выбранной темы. Оно также должно содержать собственное видение рассматриваемой проблемы и изложение собственной точки зрения на возможные пути ее решения.

- Заключение (1-2 страницы). В заключении кратко излагаются достигнутые при изучении проблемы цели, перспективы развития исследуемого вопроса

- Список использованной литературы (не меньше 10 источников), в алфавитном порядке, оформленный в соответствии с принятыми правилами. В список использованной литературы рекомендуется включать работы отечественных и зарубежных авторов, в том числе статьи, опубликованные в научных журналах в течение последних 3-х лет и ссылки на ресурсы сети Интернет.

- Приложение (при необходимости).

*Требования к оформлению:*

- текст с одной стороны листа;
- шрифт TimesNewRoman;
- кегль шрифта 14;
- межстрочное расстояние 1,5;
- поля: сверху 2,5 см, снизу – 2,5 см, слева - 3 см, справа 1,5 см;
- реферат должен быть представлен в сброшюрованном виде.

*Порядок защиты реферата:*

Защита реферата проводится на практических занятиях, после окончания работы студента над ним и исправления всех недочетов, выявленных преподавателем в ходе консультаций. На защиту реферата отводится 5-7 минут времени, в ходе которого студент должен показать свободное владение материалом по заявленной теме. При защите реферата приветствуется использование мультимедиа-презентации.

*Оценка реферата*

Реферат оценивается по следующим критериям:

- соблюдение требований к его оформлению;
- необходимость и достаточность для раскрытия темы приведенной в тексте реферата информации;
- умение студента свободно излагать основные идеи, отраженные в реферате;
- способность студента понять суть задаваемых преподавателем и сокурсниками вопросов и сформулировать точные ответы на них.

*Критерии оценки:*

Оценка «отлично» выставляется студенту, если в докладе студент исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает материал; свободно справляется с

задачами, вопросами и другими видами применения знаний; использует для написания доклада современные научные материалы; анализирует полученную информацию; проявляет самостоятельность при написании доклада.

*Оценка «хорошо»* выставляется студенту, если качество выполнения доклада достаточно высокое. Студент твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопросы по теме доклада.

*Оценка «удовлетворительно»* выставляется студенту, если материал доклада излагается частично, но пробелы не носят существенного характера, студент допускает неточности и ошибки при защите доклада, дает недостаточно правильные формулировки, наблюдаются нарушения логической последовательности в изложении материала.

*Оценка «неудовлетворительно»* выставляется студенту, если он не подготовил доклад или допустил существенные ошибки. Студент неуверенно излагает материал доклада, не отвечает на вопросы преподавателя.

### **Темы докладов**

1. Индивидуальные образовательные траектории: исторический опыт.
2. Варианты саморазвития: риски и перспективы.
3. Современные подходы к проектированию программ профессионального самосовершенствования.
4. Профессиональное саморазвитие и самосовершенствование: алгоритм или вариация?
5. Современные подходы к проектированию программ личностного роста.
6. Индивидуальные стратегии личностного развития.
7. Проблемы и риски разработки индивидуальных образовательных траекторий.
8. Сочетания программ профессионального саморазвития и программ личностного роста.

#### *4.5. Методические рекомендации по выполнению исследовательских проектов*

Исследовательская проектная работа – это групповая работа, для выполнения которой необходим выбор и приложение научной методики к поставленной задаче, получение собственного теоретического или экспериментального материала, на основании которого необходимо провести анализ и сделать выводы об исследуемом явлении. Выполнение проекта – это всегда коллективная, творческая Лабораторная работа, предназначенная для получения определенного продукта или научно-технического результата. Такая работа подразумевает четкое, однозначное формирование поставленной задачи, определение сроков выполнения намеченного, определение требований к разрабатываемому объекту.

Выполнение 1 группового проекта является обязательным условием выполнения самостоятельной работы по любой дисциплине профессионального цикла. Тема проектного задания может быть выбрана студентом из предложенных в рабочей программе или фонде оценочных средств дисциплины, либо определена самостоятельно, исходя из интересов студента (в рамках изучаемой дисциплины). Выбранную тему необходимо согласовать с преподавателем.

#### *Требования по выполнению и оформлению проекта*

При выполнении проекта приветствуется работа в группе (2-3 человека). Проект – это исследовательская работа, в ходе которой студенты должны продемонстрировать владение навыками научного исследования, умения проводить анализ, обобщать информацию, делать выводы, предлагать свои решения проблемы, рассматриваемой в проекте.

При подготовке материалов проекта студенты должны продемонстрировать владение современными методами компьютерной обработки данных.

#### *Критерии оценки работы участника проекта.*

Для каждого из участников проекта оцениваются:

- профессиональные теоретические знания в соответствующей области;
- умение работать со справочной и научной литературой, осуществлять поиск необходимой информации в Интернет;
- умение работать с техническими средствами;
- умение пользоваться соответствующими выполняемому проекту информационными технологиями;
- умение готовить материалы проекта для презентации: составлять и редактировать тексты, формировать презентацию проекта;
- умение работать в команде;
- умение публично представлять результаты собственной деятельности;
- коммуникабельность, инициативность, творческие способности.

*Критерии выставления оценки участникам проекта*

| Оценка              | Профессиональные компетенции                                                                                                                                                                                       | Компетенции, связанные с использованием соответствующих выполняемому проекту технических средств и информационных технологий | Иные универсальные компетенции (коммуникабельность, инициативность, умение работать в «команде», управленческие навыки и т.д.)                    | Отчетность                                                                   |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| «Отлично»           | Работа выполнена на высоком профессиональном уровне. Представленный материал в основном фактически верен, допускаются негрубые фактические неточности. Студент свободно отвечает на вопросы, связанные с проектом. | Технические средства и информационные технологии освоены и использованы для реализации проекта полностью                     | Студент проявил инициативу, творческий подход, способность к выполнению сложных заданий, навыки работы в коллективе, организационные способности. | Проект представлен полностью и в срок.                                       |
| «Хорошо»            | Работа выполнена на достаточно высоком профессиональном уровне. Допущено до 4–5 фактических ошибок. Студент отвечает на вопросы, связанные с проектом, но недостаточно полно.                                      | Обнаруживаются некоторые ошибки в использовании соответствующих технических средств и информационных технологий              | Студент достаточно полно, но без инициативы и творческих находок выполнил возложенные на него задачи.                                             | Проект представлен достаточно полно и в срок, но с некоторыми недоработками. |
| «Удовлетворительно» | Уровень недостаточно высок. Допущено до 8                                                                                                                                                                          | Обнаруживает недостаточное владение                                                                                          | Студент выполнил большую часть                                                                                                                    | Проект сдан со значительны                                                   |

| Оценка                | Профессиональные компетенции                                                                                                                                                                                   | Компетенции, связанные с использованием соответствующих выполняемому проекту технических средств и информационных технологий | Иные универсальные компетенции (коммуникабельность, инициативность, умение работать в «команде», управленческие навыки и т.д.)     | Отчетность                                 |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                       | фактических ошибок. Студент может ответить лишь на некоторые из заданных вопросов, связанных с проектом.                                                                                                       | навыками работы с техническими средствами и соответствующим и информационным и технологиями                                  | возложенной на него работы.                                                                                                        | м опозданием (более недели) и не полностью |
| «Неудовлетворительно» | Работа не выполнена или выполнена на низком уровне. Допущено более 8 фактических ошибок. Ответы на связанные с проектом вопросы обнаруживают непонимание предмета и отсутствие ориентации в материале проекта. | Навыков работы с техническими средствами нет, информационные технологии не освоены                                           | Студент практически не работал, не выполнил свои задачи или выполнил лишь отдельные не существенные поручения в групповом проекте. | Проект не сдан.                            |

*Студенты должны:* защитить проект в режиме презентации, предъявить файлы выполненного проекта, уметь рассказать о технологиях, использованных ими при выполнении проекта, дать оценку работы каждого члена группы (если проект групповой).

#### **Темы индивидуальных творческих проектов**

1. Проектирование маршрутов профессионального самообразования и личностного роста.
2. Ситуации выбора в процессе профессионального самообразования и личностного роста.
3. Последовательность разработки индивидуальных траекторий обучения.
4. Педагогическое сопровождение реализации индивидуальной траектории обучения.
5. Разработка и реализация индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста.
6. Выявление ресурсов профессионального и личностного саморазвития.
7. Проектирование и экспертиза индивидуальных траекторий профессионального самообразования и личностного роста.
8. Выстраивание и реализация перспективных линий профессионального саморазвития с учетом инновационных тенденций в современном образовании.
9. Психологическое сопровождение преодоления рисков индивидуализации

профессионального самообразования и личностного роста.

#### *4.6. Методические рекомендации по подготовке к экзаменам и зачетам*

Изучение многих общепрофессиональных и специальных дисциплин завершается экзаменом. Подготовка к экзамену способствует закреплению, углублению и обобщению знаний, получаемых, в процессе обучения, а также применению их к решению практических задач. Готовясь к экзамену, студент ликвидирует имеющиеся пробелы в знаниях, углубляет, систематизирует и упорядочивает свои знания. На экзамене студент демонстрирует то, что он приобрел в процессе обучения по конкретной учебной дисциплине.

Экзаменационная сессия - это серия экзаменов, установленных учебным планом. Между экзаменами интервал 3-4 дня. Не следует думать, что 3-4 дня достаточно для успешной подготовки к экзаменам.

В эти 3-4 дня нужно систематизировать уже имеющиеся знания. На консультации перед экзаменом студентов познакомят с основными требованиями, ответят на возникшие у них вопросы. Поэтому посещение консультаций обязательно.

Требования к организации подготовки к экзаменам те же, что и при занятиях в течение семестра, но соблюдаться они должны более строго. Во-первых, очень важно соблюдение режима дня; сон не менее 8 часов в сутки, занятия заканчиваются не позднее, чем за 2-3 часа до сна. Оптимальное время занятий, особенно по математике - утренние и дневные часы. В перерывах между занятиями рекомендуются прогулки на свежем воздухе, неустойчивые занятия спортом. Во-вторых, наличие хороших собственных конспектов лекций. Даже в том случае, если была пропущена какая-либо лекция, необходимо во время ее восстановить (переписать ее на кафедре), обдумать, снять возникшие вопросы для того, чтобы запоминание материала было осознанным. В-третьих, при подготовке к экзаменам у студента должен быть хороший учебник или конспект литературы, прочитанной по указанию преподавателя в течение семестра. Здесь можно эффективно использовать листы опорных сигналов.

Вначале следует просмотреть весь материал по сдаваемой дисциплине, отметить для себя трудные вопросы. Обязательно в них разобраться. В заключение еще раз целесообразно повторить основные положения, используя при этом листы опорных сигналов.

Систематическая подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время экзаменационной сессии для систематизации знаний.

*Правила подготовки к зачетам и экзаменам:*

- Лучше сразу сориентироваться во всем материале и обязательно расположить весь материал согласно экзаменационным вопросам (или вопросам, обсуждаемым на семинарах), эта работа может занять много времени, но все остальное – это уже технические детали (главное – это ориентировка в материале!).

- Сама подготовка связана не только с «запоминанием». Подготовка также предполагает и переосмысление материала, и даже рассмотрение альтернативных идей.

- Готовить «шпаргалки» полезно, но пользоваться ими рискованно. Главный смысл подготовки «шпаргалок» – это систематизация и оптимизация знаний по данному предмету, что само по себе прекрасно – это очень сложная и важная для студента работа, более сложная и важная, чем простое поглощение массы учебной информации. Если студент самостоятельно подготовил такие «шпаргалки», то, скорее всего, он и экзамены сдавать будет более уверенно, так как у него уже сформирована общая ориентировка в сложном материале.

- Как это ни парадоксально, но использование «шпаргалок» часто позволяет отвечающему студенту лучше демонстрировать свои познания (точнее – ориентировку в знаниях, что намного важнее знания «запомненного» и «тут же забытого» после сдачи экзамена).

• Сначала студент должен продемонстрировать, что он «усвоил» все, что требуется по программе обучения (или по программе данного преподавателя), и лишь после этого он вправе высказать иные, желательно аргументированные точки зрения.

## 5. Контроль самостоятельной работы магистрантов

Контроль самостоятельной работы проводится преподавателем в аудитории.

Предусмотрены следующие виды контроля: собеседование, оценка реферата, оценка презентации, оценка участия в круглом столе, оценка выполнения проекта.

Подробные критерии оценивания компетенций приведены в Фонде оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации.

## 6. Список литературы для выполнения СРС

### Основная литература:

1. Князева, О.Н. Акмеология. Путь к вершине личностно-профессионального развития Электронный ресурс : учебное пособие / сост. О.Н. Князева ; Е.В. Алтухова. - Воронеж : Воронежский Государственный Аграрный Университет им. Императора Петра Первого, 2017. - 160 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks

2. Кочетков, М. В. Целостное профессиональное саморазвитие преподавателя в сотворческой педагогической деятельности Электронный ресурс : Монография / М. В. Кочетков. - Красноярск : Сибирский государственный технологический университет, 2013. - 289 с. - Книга находится в премиум-версии ЭБС IPR BOOKS. - ISBN 978-5-903293-13-1

3. Белова Ю.В. Основы педагогического мастерства и развития профессиональной компетентности преподавателя [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие / Ю.В. Белова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2018. — 123 с. — 978-5-4487-0139-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/72352.html>

4. Проектная деятельность как способ развития личности студентов и их профессиональной подготовки [Электронный ресурс]: методические указания /. — Электрон. текстовые данные. — Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015. — 32 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54955.html>

### Дополнительная литература:

1. Зубра, А.С. Акмеология - ключи к Успеху / А.С. Зубра. - Минск : Дикта, 2011. - 194 с. - ISBN 978-985-494-573-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=139790>

2. Холодцева, Е.Л. Акмеология субъекта профессиональной деятельности: учебное пособие / Е.Л. Холодцева, А.Г. Портнова. - Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2010. - 192 с. - ISBN 978-5-8353-1066-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232321>

3. Психолого-педагогические проблемы развития личности в системе многоуровневого профессионального образования: монография / [Асатрян С. С. и др.] под ред. Н. П. Клушиной; М-во образования и науки Рос. Федерации, ГОУ ВПО "Сев.- Кав. гос. техн. ун-т". - Ставрополь: Изд-во СевКавГТУ, 2009. - 436 с. - Библиогр.: с. 359-435. - ISBN 978-5-9296-0514-7

### Интернет-ресурсы:

1. Психология личности и деятельности педагога  
<http://znaniyum.com/bookread2.php?book=542258>

2. Федеральный портал Российское образование —  
[http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=2422](http://www.edu.ru/index.php?page_id=2422)

3. Каталог образовательных интернет-ресурсов —

[http://www.edu.ru/index.php?page\\_id=63](http://www.edu.ru/index.php?page_id=63). Официальный сайт Министерства образования и науки РФ - [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru)

4. Официальный сайт «Федеральный Интернет-экзамен в сфере профессионального образования» - [www.fepo.ru](http://www.fepo.ru)

5. Российская национальная библиотека – [www.nlr.ru](http://www.nlr.ru)

6. Национальная электронная библиотека – [www.nns.ru](http://www.nns.ru)

7. Российская государственная библиотека – [www.rsl.ru/](http://www.rsl.ru/)