



УКРАЇНСЬКА ІНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ

Факультет Міжнародних освітніх програм

Кафедра Педагогіки, методики та менеджменту освіти

СИЛАБУС

ТЕХНОЛОГІЇ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ ТА НАВЧАННЯ

Харків 2020

Кафедра	Кафедра Педагогіки, методики та менеджменту освіти Department of Pedagogy, methods and management of education http://pmpn.uipa.edu.ua/?lang=uk
Назва навчальної дисципліни	Технології особистісного зростання та навчання Technology of Personal Growth Навчальна дисципліна ведеться українською мовою
Рівень вищої освіти	Бакалавр
Викладач (-і)	1. Доктор педагогічних наук, професор Коваленко Олена Едуардівна (лекції, практичні); http://pmpn.uipa.edu.ua/?page_id=1651 контактний телефон: (057)731-28-62; електронна пошта: rektor@uipa.edu.ua 2. Кандидат педагогічних наук Калініченко Тетяна Володимирівна http://pmpn.uipa.edu.ua/?page_id=2007 контактний телефон: (057)733-78-83; електронна пошта: referent@uipa.edu.ua
Сторінка дисципліни в системі дистанційної освіти УПА	https://do.uipa.edu.ua/login/index.php
Консультації	Очні консультації: Коваленко О.Е.: четвер 15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰ , ауд. 315/1 Калініченко Т.В.: п'ятниця 15 ⁰⁰ -16 ⁰⁰ , ауд. 315/1 Онлайн-консультації: Усі запитання можна надсилати на електронну пошту, вказану у цьому силабусі

1. Коротка анотація до курсу. Вивчення дисципліни сприяє здобуттю Загальної компетентності, а саме Здатності вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

Програма дисципліни допомагає здобувачам сформувати досвід та навички прогнозування цілей у власному житті. Цінність та відмінність цього курсу полягає у тому, що він орієнтований як на прогнозування та реалізацію професійних (навчальних) цілей і завдань, так і на особистісні цілі та інтереси здобувачів. Методики та технології прогнозування цілей та їх досягнення, що будуть розглядатися, здобувачі зможуть застосувати у повсякденному житті, у навчальній діяльності та у майбутній професійній діяльності. Здобувачі ознайомляться з найбільш ефективними методиками прогнозування цілей, гармонічного поєднання цілей у різних сферах життя, отримають практичні поради.

Програма дисципліни дозволяє здобувачам навчитися вчитися:

- допомагає адаптуватися до нового освітнього середовища вищої школи;
- навчає основних технологій, форм, методів та прийомів роботи, які допоможуть швидко сприймати та якісно засвоювати інформацію, оптимізувати роботу з навчальною та науковою літературою;
- сприяє освоєнню сучасної системи організації самостійної роботи в академії.

Компетентність:

К 07. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

2. Мета та цілі курсу.

Мета: формування у здобувачів загальної компетентності через розвиток умінь та набуття навичок з розробки та реалізації програми особистісного зростання.

Завдання:

- розвиток у здобувачів прагнення до особистісного зростання;
- формування у здобувачів умінь вчитися, умінь застосовувати у навчанні та організації самостійної роботи різноманітних сучасних технологій, форм, методів та прийомів роботи; умінь з прогнозування цілей на різних рівнях цілепокладання у різних сферах власної життєдіяльності;
- розвиток якостей особистості: цілеспрямованість, конструктивність, ініціативність, рішучість, оптимізм (позитив), дисциплінованість, наполегливість, самостійність, витримка, здатність до навчання (здатність розуміти, розмірковувати, узагальнювати, робити висновки), уважність, гнучкість.

3. Формат навчальної дисципліни. Змішаний (blended) – атестований курс, що має супровід в системі дистанційної освіти.

4. Результати навчання.

Очікувані результати навчання (ПР)
ПР 08. Самостійно планувати й організовувати власну професійну діяльність і діяльність здобувачів освіти і підлеглих.
ПР 10. Знати основи психології, педагогіки, а також фундаментальних і прикладних наук (відповідно до спеціалізації) на рівні, необхідному для досягнення інших результатів навчання, передбачених цим стандартом та освітньою програмою.
ПР 11. Володіти психолого-педагогічним інструментарієм організації освітнього процесу, уміти проектувати і реалізувати навчальні/розвивальні проекти.
К 24. Здатність управляти комплексними діями/проектами, відповідати за прийняття рішень у непередбачуваних умовах та професійний розвиток здобувачів освіти і підлеглих.

5. Обсяг курсу.

Види навчальних занять	Кількість годин (кредитів)	Форми поточного та підсумкового контролю
Лекції	14	Опитування, заповнення / доповнення конспекту.
Практичні заняття	30	Опитування, тестування, письмова контрольна робота.
Самостійна робота	46	Індивідуальні завдання.
Всього	90 (3 кредити)	Підсумковий контроль: залік

6. Ознаки навчальної дисципліни:

Навчальний рік	Курс (рік навчання)	Семестр	Спеціальність (спеціалізація), освітня програма (за необхідністю)	Нормативна/вибіркова
2020/2021	1	1 (осінь)	Професійна освіта (Харчові технології)	нормативна (Н)

7. Пререквізити.

- вільне володіння державною мовою (уміння усно і письмово висловлювати свої думки, активне використання рідної мови в різних комунікативних ситуаціях);
- прагнення до навчання впродовж життя;
- інноваційність (відкритість до нових ідей), прагнення шукати і пропонувати нові ідеї, формулювати припущення і робити висновки;
- ініціативність, прийняття власних рішень, здатність логічно обґрунтовувати позицію, готовність брати відповідальність за власні рішення, готовність до втілення в життя ініційованих ідей,;
- здатність безпечного та етичного використання засобів інформаційно-комунікаційної компетентності у навчанні та інших життєвих ситуаціях;
- критичне та системне мислення, творчість, вміння конструктивно керувати емоціями, співпрацювати з іншими особами;
- усвідомлення і дотримання ідей демократії, справедливості, рівних прав і можливостей, прав людини, добробуту та здорового способу життя.

8. Постреквізити. Результати навчання (набуті компетентності) будуть використовуватися під час навчання у закладі вищої освіти, при вивченні навчальних дисциплін психолого-педагогічного та фахового циклів, а також у подальшій професійній самостійній діяльності, при виконанні науково-дослідних робіт в ході навчання у магістратурі та аспірантурі.

9. Технічне й програмне забезпечення та/або обладнання. Мультимедійні технології та необхідне для них програмне забезпечення.

10. Політики курсу – базується на Положенні про академічну доброчесність в УПА <https://drive.google.com/file/d/1fyh2uMJczxJ8shq9LYB9Rhs2TFsbT9bF/view>

Підтримується та заохочується: прояв ініціативи, активної позиції, толерантне відношення до учасників курсу, своєчасність виконання завдань, прагнення до самовдосконалення, пунктуальність, відвідування занять (заохочувальні, призові бали).

Неприпустимість: порушення Положення про академічну доброчесність, прояв зневаги, недисциплінованість, пасивність, запізнення та пропуски занять, несвоєчасність виконання завдань.

11. Календарно-тематичний план (схема) навчальної дисципліни

№ тижня	Вид і номер занять	Тема заняття або завдання на самостійну роботу	К-ть годин
Змістовий модуль № 1. Особистість та сфери життя особистості			
1	Лекція 1	Структура особистості та стадії розвитку особистості.	2
	Самостійна робота 1	Складання / доповнення конспекту лекцій / формулювання питань за темою «Структура особистості та стадії розвитку особистості».	2
	Самостійна робота 2	Підготовка до практичного заняття 1.	1
	Практичне заняття 1	Структура особистості і стадії розвитку особистості.	2
	Самостійна робота 3	Складання тлумачного словника англійською мовою за темою «Структура особистості та стадії розвитку особистості».	1
2	Лекція 2	Характеристика сфер життя і особисті цілі.	2
	Лекція 3		2
	Самостійна робота 4	Складання / доповнення конспекту лекцій / формулювання питань за темою «Характеристика сфер життя і особисті цілі».	4
	Самостійна робота 5	Складання тлумачного словника англійською мовою за темою «Характеристика сфер життя і особисті цілі».	1
	Самостійна робота 6	Підготовка до практичних занять 2 та 3.	1
	Практичне заняття 2	Прогнозування особистих цілей у сфері здоров'я та у сфері відпочинку.	2
	Практичне заняття 3		2
	Самостійна робота 7	Підготовка до практичних занять 4 та 5.	1
	Практичне заняття 4	Прогнозування особистих цілей у сфері кар'єри та у сфері творчості.	2
Практичне заняття 5	2		
3	Самостійна робота 8	Підготовка до практичних занять 6 та 7.	1
	Практичне заняття 6	Прогнозування особистих цілей у сфері оточення та у сфері особистих стосунків.	2
	Практичне заняття 7		2
	Самостійна робота 9	Підготовка до практичних занять 8 та 9.	1
	Самостійна робота 10	Підготовка до підсумкового тестування за Змістовим модулем 1.	2
	Практичне заняття 8	Прогнозування цілей у сфері особистісного зростання та у сфері духовного розвитку.	2
	Практичне заняття 9		2
	Самостійна робота 11	Індивідуальне завдання 1. «Побудова колеса балансу життя і прогнозування цілей».	7
Всього за змістовий модуль 1 – 46 год. (лекцій – 6 год., ПЗ – 18 год., СР – 22 год.)			
Змістовий модуль № 2. Саморозвиток та технології особистісного зростання			

4	Лекція 4	Саморозвиток особистості	2
	Лекція 5		2
	Самостійна робота 12	Складання / доповнення конспекту лекцій / формулювання питань за темою «Саморозвиток особистості».	2
	Самостійна робота 13	Складання тлумачного словника англійською мовою за темою «Саморозвиток особистості».	1
	Самостійна робота 14	Підготовка до практичних занять 10, 11, 12.	1
	Практичне заняття 10	Прийоми підвищення якості власної навчальної діяльності: поліпшення засвоєння інформації і підвищення якості уваги, прийоми поліпшення пам'яті, прийоми роботи з інформацією і швидкого конспектування .	2
	Практичне заняття 11		2
	Практичне заняття 12		2
	Самостійна робота 15	Підготовка до практичного заняття 13.	1
	Практичне заняття 13	Методика організації самостійної роботи.	2
Самостійна робота 16	Індивідуальне завдання 2. Розробка програми саморозвитку властивостей, значущих при навчанні.	6	
5	Лекція 6	Результативний тайм-менеджмент	2
	Лекція 7		2
	Самостійна робота 17	Складання / доповнення конспекту лекцій / формулювання питань за темою «Результативний тайм-менеджмент».	2
	Самостійна робота 18	Складання тлумачного словника англійською мовою за темою «Результативний тайм-менеджмент».	1
	Самостійна робота 19	Підготовка до практичних занять 14 та 15 .	1
	Самостійна робота 20	Підготовка до підсумкового тестування за Змістовим модулем 2.	2
	Практичне заняття 14	Методика застосування тайм-менеджменту.	2
	Практичне заняття 15		2
Самостійна робота 21	Індивідуальне завдання 3. Складання мотиваційного щоденника на період до 3 місяців і самоконтроль виконання.	7	
Всього за змістовий модуль 1 – 44 год. (лекцій – 8 год., ПЗ – 12 год., СР – 24 год.)			
Всього з навчальної дисципліни – 90 год. (лекцій – 14 год., ПЗ – 30 год., СР – 46 год.)			

12. Система оцінювання та вимоги

Загальна система оцінювання: Навчальна дисципліна оцінюється за 100-бальною шкалою. Робота здобувача впродовж семестру/залік - 73/27

Шкала оцінювання з навчальної дисципліни

№	Види робіт здобувача	Оцінка
1.	Складання / доповнення конспекту лекцій / формулювання питань (0-1 бали за тему, 4 теми)	0-4
2.	Складання тлумачного словника англійською мовою (0-1 бали за тему, 4 теми)	0-4
3.	Робота на практичних заняттях (0-4 балів за тему, 8 тем)	0-32
4.	Виконання Індивідуального завдання 1.	0-6
5.	Виконання Індивідуального завдання 2.	0-7
6.	Виконання Індивідуального завдання 3.	0-10
7.	Підсумкове тестування за Змістовим модулем 1 (10 тестових питань)	0-5
8.	Підсумкове тестування за Змістовим модулем 2 (10 тестових питань)	0-5
9.	Залік	0-27
	Всього за навчальну дисципліну	0-100

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Підсумкова оцінка	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою (екзамен)	Оцінка за національною шкалою (залік)
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82–89	B	добре	
74–81	C		
64–73	D	задовільно	
60–63	E		
35–59	FX		незадовільно з можливістю повторного складання
0–34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

Умови допуску до підсумкового контролю:

- 1) Відпрацювання усіх практичних занять;
- 2) Оцінка за складання / доповнення конспекту лекцій / формулювання питань не менше, ніж 3 бали.
- 3) Оцінка за складання тлумачного словника англійською мовою не менше, ніж 3 бали.
- 4) Оцінка за роботу на практичних заняттях не менше, ніж 20 бали з 32 можливих.
- 5) Оцінка за виконання індивідуального завдання 1 не менше, ніж 4 бали з 6 можливих.
- 6) Оцінка за виконання індивідуального завдання 2 не менше, ніж 4 бали з 7 можливих.
- 7) Оцінка за виконання індивідуального завдання 3 не менше, ніж 6 бали з 10 можливих.
- 8) Робота здобувача впродовж семестру оцінено не менше, ніж на 40 балів.

Критерії оцінювання кожного (деяких найбільш важливих) з видів робіт (бажано, но не обов'язково) в довільній зрозумілій формі

Вид завдання	Критерії оцінювання
Складання / доповнення конспекту лекцій у робочому зошиті / формулювання питань з теми лекції	1 бал (за тему) – заповнення та доповнення робочого зошиту з теми лекції, участь в обговоренні теоретичних питань лекції, сформульовані питання з теми лекції та своєчасно здані у системі ДО або письмово.
Виконання завдань для підготовки до практичних занять, виконання вправ на практичних заняттях, участь у обговоренні питань, у дискусіях, виступи із завданнями.	4 бали (за тему) – здобувач освіти отримує за активну роботу на практичному занятті: <ul style="list-style-type: none"> – підготовленість домашніх завдань до початку ПЗ та їх надання на перевірку до заняття через систему ДО або письмово; – активність в ході виконання завдань; – участь в обговоренні питань ПЗ; – рецензування відповідей інших студентів.
Виконання та захист Індивідуального завдання	0-6-7-10 балів (в залежності від теми завдання) – всі завдання виконані вчасно, обґрунтовані, повні, вірні, з використанням основної та додаткової літератури, носять творчий характер; перевірені викладачем в дистанційному режимі та захищені здобувачем.
Підсумкове тестування за Змістовим модулем	0-5 балів (за кожне тестування; всього два тестування) – здобувач отримує за проходження Підсумкового тестування, яке виконується під час аудиторної роботи; здобувач отримує на кожному тестуванні білет з 10 тестовими питаннями, на вирішення яких відводиться 10 хвилин; вірна відповідь на кожне питання оцінюється у 0,5 бали.

13. Питання до заліку

Залікова робота містить 30 білетів. Заліковий білет містить: 1) 10 тестових запитань; 2) обґрунтування складеного мотиваційного щоденника на період до 3 місяців та самоаналіз його виконання.

Різниця між питаннями 0 за рівнем складності визначає кількість балів, якими мають бути вони оцінені.

14. Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна (базова) література

1. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека: Учебное пособие. — 3-е изд. — М.: Смысл, Академия, 2007. — 528 с.
2. Платонов К.К. Структура и развитие личности. - М.: Наука, 1986. – 254 с.
3. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості : [навч. посіб.] / Т. М. Титаренко. – К. : Марич, 2009. – 232 с.
4. Трейси Б. Результативный тайм-менеджмент: эффективная методика управления собственным временем / Брайан Трейси; [пер. с англ. А. Евтеева]. – М. : СмартБук, 2007. – 79 с.
5. Юдин Э. Г. Системный подход и принцип деятельности: Методологические проблемы современной науки. — М.: Наука, 1978. — 391 с.

Додаткова (допоміжна) література

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1968.
2. Асмолов А.Г Психология личности. - М.: Изд-во МГУ, 1990.
3. Буняк Н. М. Самоменеджмент як мистецтво саморозвитку особистості / Н. М. Буняк // Глобальні та національні проблеми економіки. – 2017. – Вип.18. – Режим доступу : <http://global-national.in.ua/archive/18-2017/36.pdf>
4. Козлов И.И. Формула личности. - СПб.: Питер, 1999.
5. Колпаков В.М. Самоменеджмент / В.М. Колпаков. – К. : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2008. – 528 с.
6. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: Политиздат, 1975.
7. Лукашевич М.П. Теорія і практика самоменеджменту. – К.: МАУП, 2010. – 225 с.
8. Основи соціальної психології: Навчальний посібник / О.А.Донченко, Н.В., Хазратова та ін. – К.: Міленіум. – 2008, 495с.
9. Петровский В. А. Личность в психологии: Парадигма субъектности. Ростов-на-Дону: Феникс, 1996.
10. Рыбалка В. В. Теории личности в отечественной философии, психологии и педагогике : пособие. – Житомир : Изд-во ЖГУ им. И. Франко, 2015. – 872 с.

11. Стивен Р. Кові 7 звичок надзвичайно ефективних людей. Потужні інструменти розвитку особистості. Переклад з англійської «The 7 Habits Of Highly Effective People» by Stephen R. Covey, Free Press, New York, 2004. Перекладач Олена Любенко. Видавництво «Клуб сімейного дозвілля», Харків, 2012. – 384 с.
12. Фейдимен Дж., Фрейгер Р. Личность и личностный рост. - М., 1994.-Вып. 1-4.
13. Brian Tracy. Maximum Achievement: Strategies and Skills that Will Unlock Your Hidden Powers to Succeed, 1993
14. Brian Tracy. Eat That Frog!: 21 Great Ways to Stop Procrastinating and Get More Done in Less Time, 3rd Edition (2017), Berrett-Koehler Publishers
15. Em Griffin. Communication Theory, 2009.
16. Feist J., Feist G. J. Theories of personality. – 8th ed. – Boston: McGraw Hill, 2013. – 608 p.
17. Hans-Joachim Funke, Julia Westermann. Is there something good in me? Positive psychology for a happy life. 2015.
18. Napoleon Hill. The Think & Grow Rich: action pack. – N. Y.: “A PLUME BOOK”, 2006.
19. Ryckman R. M. Theories of personality. – 10th ed. – Cengage Learning, 2013. – 544 p.
20. Schultz D., Schultz S. E. Theories of personality. – 11th ed. – Cengage Learning, 2016. – 512 p.

Інформаційні ресурси

Сайт дистанційної освіти УІПА