

15.Самовиховання і саморегуляція

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Кафедра спеціальної освіти

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ О. А. Кузнецова

__ вересня 2019 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ САМОВИХОВАННЯ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

II (магістерський) рівень вищої освіти

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

016 Спеціальна освіта

Освітня програма: Логопедія. Спеціальна психологія

Факультет: педагогіки та психології

2019-2020 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Самовиховання та саморегуляція особистості» для студентів для студентів ступеня «магістр» за спеціальністю: 016 Спеціальна педагогіка.

Розробник: Серeda Ірина Валеріївна, доцент кафедри спеціальної освіти, кандидат педагогічних наук, доцент _____ Серeda І. В.

Робочу програма затверджена на засіданні кафедри спеціальної освіти.

Протокол № 1 від __ серпня 2019 р.

Завідувач кафедри _____ Савінова Н. В.

«__» серпня 2019 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма навчання</i>	<i>Заочна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Варіативна	
Модулів – 2	Спеціальність (професійне спрямування): 016 Спеціальна освіта	<i>Рік підготовки:</i>	
Змістових модулів – 2		2-й	2-й
Індивідуальне науково-дослідне завдання –		<i>Семестр</i>	
Загальна кількість годин – 90		3-й	3-й
		<i>Лекції</i>	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 2	Ступінь: Магістр	8	2
		<i>Практичні, семінарські</i>	
		8	4
		<i>Лабораторні</i>	
		8	4
		<i>Самостійна робота</i>	
		66 год.	80 год.
		Вид контролю: екзамен	

Примітка. Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання 30:70 %.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу: ознайомлення студентів з теорією і практикою самовиховання, оволодіння ними технологічними аспектами самовиховної діяльності та основними засобами саморегуляції.

Основними **завданнями** навчального курсу «Самовиховання і саморегуляція особистості» є:

- формування у студентів стійкої мотивації самовиховної діяльності;
- формування у майбутніх спеціальних педагогів самоцінного характеру знань з теорії та практики самовиховання;
- організація процесу оволодіння студентами технологічними аспектами самовиховної діяльності;
- створення умов для усвідомлення майбутніми педагогами себе як суб'єктів власного особистого і професійного розвитку.

У результаті вивчення курсу студент оволодіває такими компетентностями:

I Загальнопредметні компетентності:

- здатність проектувати шляхи свого особистісно-професійного зростання та саморозвитку;
- навички та вміння міжособистісної комунікації шляхом участі у бесідах та дискусіях з актуальних проблем навчання та виховання;
- уміння знаходити та аналізувати інформацію з різних джерел, застосовувати її для розв'язання поставлених педагогічних завдань;
- здатність до креативності у розв'язанні педагогічних завдань, виконанні творчих робіт, підготовці проектів;
- здатність працювати самостійно з педагогічними джерелами.

II Фахові компетентності:

- базові знання з теорії та практики самовиховання особистості;
- здатність здійснювати самодослідження, самоаналіз та самооцінку;
- здатність проектувати зміни власної особистості;
- уміння застосовувати основні методи та прийоми самовиховання;
- уміння використовувати адекватні засоби саморегуляції особистості.

Програмні результати навчання:

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- етапи становлення та розвитку ідей самовиховання в історії людства;
- сучасні концепції самовиховання;
- основні напрямки самовиховання особистості;
- етапи самовиховання;
- методи та засоби самовиховання;
- основні засоби саморегуляції особистості.

Студент повинен уміти:

- визначати мотиви власного самовиховання;
- здійснювати самодослідження, самоаналіз та самооцінку;
- проектувати зміни власної особистості;
- застосовувати основні методи та прийоми самовиховання особистості;
- використовувати адекватні засоби саморегуляції особистості.

3. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1

Тема 1. Розвиток ідей самовиховання в історії людства.

Тема 2. Самовиховання як самовдосконалення і життєтворення.

Кредит 2

Тема 3. Модель та особливості самовиховання майбутнього спеціального педагога.

Тема 4. Технологічні аспекти самовиховання.

Кредит 3

Тема 5. Засоби саморегуляції особистості.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	Денна форма						Заочна форма					
	Усього	у тому числі					Усього	у тому числі				
		л	п	лаб	ін д	ср		л	п	лаб	ін д	ср
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Кредит 1												
Тема 1. Розвиток ідей самовиховання в історії людства	15		2			13	15					15
Тема 2. Самовиховання як самовдосконалення і життєтворення	15	2	2	2		9	15	1	2			12
Кредит 2												
Тема 3. Модель та особливості самовиховання майбутнього спеціального педагога	15	2	2	2		9	15		2			13
Тема 4. Технологічні аспекти самовиховання	15	2		2		11	15	1		2		12
Кредит 3												
Тема 5. Засоби саморегуляції особистості	30	2	2	2		24	30			2		28
Усього годин :	90	8	8	8		66	90	2	4	4		80

6. Теми практичних занять

№	Назва теми	Кількість годин
---	------------	-----------------

з/п		од	
		ДФН	ЗФН
	<i>Кредит 1</i>		
1	Розвиток ідей самовиховання в історії людства	2	
2	Психологічний механізм самовиховання.	2	
	<i>Кредит 2</i>		
3	Етапи, напрями та методи самовиховання	2	2
	<i>Кредит 3</i>		
4	Особливості професійного самовиховання спеціального педагога	4	2
ВСЬОГО:		8	4

7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
	<i>Кредит 1</i>		
1	Роль самовиховання в житті людини	2	2
	<i>Кредит 2</i>		
2	Самодослідження. Щоденник особистісно-професійного зростання. Особистісно-професійний автопортрет	2	
3	Стратегія особистісно-професійного розвитку. Складання життєвих програм. Класичні та сучасні методики та прийоми самовиховання.	2	
	<i>Кредит 3</i>		
4	Засоби саморегуляції особистості	2	2
ВСЬОГО:		8	4

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		ДФН	ЗФН
	<i>Кредит 1.</i>		
1.	Розвиток ідей самовиховання в історії людства	13	15

2.	Самовиховання як самовдосконалення і життєтворення	9	12
	<i>Кредит 2.</i>		
3.	Модель та особливості самовиховання майбутнього спеціального педагога	9	13
4	Технологічні аспекти самовиховання	11	12
	<i>Кредит 3.</i>		
5.	Засоби саморегуляції особистості	24	28
	Разом:	66	80

9. Індивідуальні завдання

Орієнтовна тематика індивідуальних завдань

1. Психолого-педагогічні умови організації самовиховання.
2. Роль самовиховання в процесі становлення та розвитку особистості.
3. Професійне самовиховання та його роль у професійному зростанні.
4. Самопізнання як передумова самовиховання.
5. Технології професійного самовиховання.
6. Формування особистості шляхом самопізнання.
7. Самовиховання як фактор розвитку особистості.
8. Самоменеджмент і його роль у досягненні цілей.
9. Емоції та їх роль в розвитку самоменеджменту.
10. Ключові навички ефективного самоменеджменту.
11. Самоменеджмент та його роль у професійному зростанні.
12. Педагогічна самосвідомість як базовий компонент професіоналізму соціального педагога.
13. Місце професійної самооцінки соціального педагога в індивідуальному стилі його фахової діяльності.
14. Шляхи професійного зростання соціального педагога.
15. Роль професійного самопізнання у процесі розвитку особистості. 16. Шляхи самопізнання та саморозвитку.
17. Рефлексія як механізм професійного розвитку особистості.

18. Особистісно орієнтовані стратегії самопізнання та самовиховання. 19. Самореалізація особистості як складова процесу самоорганізації.

20. Роль когнітивних технік у процесі самореалізації особистості. 21. Саморозвиток та життєвий шлях особистості.

22. Самоосвіта як умова успішної самореалізації особистості.

23. Психологічні проблеми самореалізації особистості.

24. Сутність та зміст процесу самореалізації особистості.

25. Психолого-педагогічні технології саморозвитку та самореалізації.

10. Методи навчання

Словесні: лекція, бесіда, дискусія, інструктаж;

Наочні: демонстрація, ілюстрація;

Практичні: самостійна робота, індивідуальна робота;

Проблемні: проблемне викладання, частково-пошукове, дослідне навчання;

Інтерактивні: проблемна лекція, лекція-презентація, ділова гра, мозковий штурм, сензитивний та комунікативний тренінг, використання мультимедійних технологій.

11. Методи контролю

Усне та письмове опитування;

Практична контрольна перевірка (*МКР*);

Тестовий метод;

Підсумковий контроль (*екзамен*);

Ваємоконтроль;

Самоконтроль.

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне оцінювання, МКР та самостійні роботи				Іспит	Накопичувальні бали/ Сума
Кредити	1	2	3		

											120	
Теми	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9			
Поточ. оцінюв.	5	5	10	5	5	10	5	5	10			60
Самостійні роботи	15	15	10	10	10		5	5	10			80
Контрольні роботи				5	5	10	10	10				40
Іспит												120
Всього за кредитом	20	20	20	20	20	20	20	20	20			300

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ECTS	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Методичне забезпечення

Тексти лекцій, комп'ютерні презентації, плани практичних занять, завдання до самостійної роботи, діагностичні психолого-педагогічні методики, тести, варіанти МКР.

1. Серета І.В., Пехота О.М., Старовойт Л.В. Твоє життя – твій головний проект: технологія самовиховання: навчальний посібник. - Миколаїв: Іліон, 2012. – 244 с. – (Серія «Педагогічна освіта – XXI»).

2. Серета І.В. Технологія самовиховання особистості: методичні рекомендації. – Миколаїв: вид-во «Іліон», 2005. – 88 с.

3. Серета І.В. Основи самовиховання студента університету: навчальна програма. – Миколаїв: вид-во «Іліон», 2005. – 24 с.

Рекомендована література

Базова

1. Безпалько О, Савич Ж. Спілкуємось та діємо: [навчально-методичний посібник.] / Безпалько О, Савич Ж. - К.: Навчальна книга, 2002. - 216с.
2. Главацька О. Основи самовиховання особистості. Навчально – методичний посібник / О. Главацька. – Тернопіль, 2012. – 206 с.
3. Комінко С. Б. Кращі методи психодіагностики. Навч. посібник / С. Б. Комінко, Г. В. Кучер. – Тернопіль: Карт-бланш, 2005. – 230 с.
4. Лозовой В. О., Сідак Л. М. Саморозвиток особистості у філософській рефлексії та соціальній практиці. Монографія. – Х.: Право, 2006. – 256 с.
5. Мілютіна К.Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: [навч. посіб.] / Мілютіна К.Л. - К.: МАУП, 2004. - 192с.
6. Самовиховання і саморегуляція особистості : Навчальний посібник // Уклад.: О.М. Шевчук. – 2-е вид., переробл. та доповн. – Умань: РВЦ «Софія», 2011. – 128 с.
7. Семиченко В.А., Галус О.М., Зданевич Л.В. Теоретичні та методичні основи професійного самовиховання студентів вузу / За заг. ред. В.А.Семиченко. – Хмельницький: ХГПІ, 2001. – 253 с.
8. Серета І.В. Активізація самовиховання студентів: виховна робота у ВНЗ: Монографія. – Миколаїв: «Іліон», 2008. – 276 с.
9. Сергеєнкова О.П. Самопізнання: Навчально- методичний посібник / Сергеєнкова О.П. - Черкаси:Видавець Чебаненко Ю.А., 2011. - 334с.

Допоміжна

1. Варій М. И. Загальна психологія: [підр.для студ. вищ. навч. закл.] / Варій М.И. - [3-тє вид.]. - К.: Центр учбової літератури, 2009. - 1007 с.

2. Гончаренко Т. Психологія внутрішнього світу / Т. Гончаренко. – Київ: Шк. світ,, 2005. – 128 с.
3. Зеер Э.Ф., Рудей О.А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности. - М.: МПСИ / Воронеж: МОДЭК, 2008. - 256с.
4. Зязюн І.А. Педагогіка добра: ідеали і реалії [наук.-метод. посіб.] / Зязюн І.А. - К.: МАУП, 2000.-312 с.
5. Калініченко А.І. Педагогічні умови організації самовиховання студентської молоді. Дис. канд. пед. наук. – Тернопіль, 2002. – 151 с.
6. Калошин В. Ф. Самоактуалізація викладача / В. Ф. Калошин. // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – №1. – С. 7–9.
7. Коpecь Л.В. Психологія особистості: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.] / Коpecь Л.В. - К.: Вид дiм. «Києро-Могилянська академія», 2007. - 460 с.
8. Кучерявий О.Г. Теоретичні і методичні основи організації професійного самовиховання майбутніх вихователів дошкільних закладів і вчителів початкових класів. Дис. докт. пед. наук. – К., 2002. – 406 с.
9. Романовский А.Г. Самопрограммирование личности на успех: Учеб.-методич. пособие. – Х.: НТУ ХПИ, 2002. – 65 с.
10. Романовский А.Г. Саморазвитие личности и механизмы её самоактуализации: Х.: НТУ ХПИ, 2002. – 75 с.
11. Пинт А.А. Самоисследование - ключ к высшему Я. Понимание себя. - М.: Ин-т психотерапии, 2001. - 256с.
12. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других. - М.: АСТ-ПРЕСС Книга, 2003. - 400 с.
13. Профессиональная самореализация личности в современном обществе /под ред. Федосенко Е.В. - СПб: Речь, 2009. - 128с.
14. Психологія: Підручник / [Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова]. - К.: Либідь, 2001. - 560 с.
15. Селевко Г.К. Самосовершенствование личности: Методическое пособие по преподаванию курса. М.: Народное образование, 2000. – 128 с.
16. Савчин М. В, Загальна психологія: навч. посіб. / Савчин М.В. - К.: Академвидав, 2011.-464 с.
17. Смит Мануэль Дж. Тренинг уверенности в себе. - СПб.: ООО «Речь», 2001. - 244 с. - (Серия «Психологический тренинг»).
18. Трейсі Брайан. Зроби це зараз. 21 чудовий спосіб зробити більше за менший час / Брайан Трейсі. – Сан-Франциско, 2007. – 146 с. (переклад з англ.)

15. Інформаційні ресурси

1. Бібліотека українських підручників <http://pidruchniki.ws>
2. Державна науково-педагогічна бібліотека України ім. В. О. Сухомлинського www.dnpb.gov.ua
3. Національна бібліотека України імені В.В. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua/>
4. Національна доктрина розвитку освіти в Україні. [Електронний ресурс] / Спосіб доступу: <http://ocvita.in.ua/index.php?option>. Загол. з екрана
5. Серія «мастера психологии» <http://aboutyourself.ru/obshpsv/niastera-psixologii.html>