Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Оренбургский государственный университет имени В.А. Бондаренко»

Кафедра общей психологии и психологии личности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.Б.33 Психология»

Уровень высшего образования

БАКАЛАВРИАТ

Направление подготовки
47.03.01 Философия
(код и наименование направления подготовки)

Человек и социокультурная действительность
(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Год набора 2026

Рабочая программа дисциплины «*Б1.Д.Б.33 Психология*» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра общей психологии и психологии личности
наименование кафедры

протокол № 7 от "13" 03 2026 г.

Заведующий кафедрой
Кафедра общей психологии и психологии личности Л.В. Зубова
наименование кафедры *подпись* *расшифровка подписи*

Исполнители:
доцент кафедры социальной психологии, к.п.н. Н.И. Кобзева
должность *подпись* *расшифровка подписи*

должность *подпись* *расшифровка подписи*

СОГЛАСОВАНО:
Председатель методической комиссии по направлению подготовки
47.03.01 Философия И.А. Белов
код наименование *личная подпись* *расшифровка подписи*

Заведующий отделом формирования фонда и научной обработки документов
С.А. Биктимирова
личная подпись *расшифровка подписи*

Уполномоченный по качеству факультета
Е.А. Шагойко
личная подпись *расшифровка подписи*

№ регистрации _____

© Кобзева Н.И., 2026
© ОГУ, 2026

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цели освоения дисциплины: овладение общекультурными и профессиональными компетенциями объективных закономерностей, проявлений и механизмов психики человека, эффективное управление на этой основе индивидуально-личностными ресурсами, конструктивным взаимодействием с окружающими людьми.

Задачи:

1) изучить основные понятия, направления психологии;

2) освоить диагностические средства для измерения различных характеристик личности;

3) познакомиться с психическими явлениями, процессами и свойствами;

4) с психологическими механизмами социальных влияний на человека и его общности как участников

социальной жизни, субъектов социального взаимодействия;

5) познакомить с методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к базовой части блока Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.16 Логика*

Постреквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.23 Эстетика, Б1.Д.Б.31 Педагогика и методика преподавания социально-гуманитарных дисциплин, Б1.Д.Б.34 Информационные и коммуникационные технологии в образовании*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3-В-1 Понимает эффективность использования стратегии командного сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет свою роль в команде УК-3-В-2 Генерирует идею, выбирает направление развития ее в проекте с учетом видовых характеристик и осуществляет социальное взаимодействие посредством распределения проектных ролей в команде	**Знать:** -основные понятия по психологии; строение и функционирование психики, механизмы взаимодействия между людьми; -структуру и содержание эмоциональных и познавательных процессов; -психологические основы общения; -методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния **Уметь:** -применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния; -организовать профессиональную деятельность на основе и с учетом индивидуально-психологических и индивидуально-личностных особенностей окружающих людей. **Владеть:** -методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния; -психологическими методами, средствами, приемами при решении профессиональных задач

4 Структура и содержание дисциплины

Применяемые методики, педагогические технологии, в том числе использование ресурсов электронной информационно-образовательной среды, формы реализации образовательного процесса по дисциплине определяются законодательством РФ в сфере образования, локальными нормативными актами и преподавателем, реализующим дисциплину.

4.1 Структура дисциплины

Соотношение суммарного объема работ, реализуемых с использованием ресурсов электронной информационно-образовательной среды, и общей трудоемкости дисциплины не должно превышать 80%.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы (144 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	1 семестр	всего
Общая трудоёмкость	**144**	**144**
Контактная работа:	**53,25**	**53,25**
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	34	34
Консультации	1	1
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа: - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий; - изучение разделов курса в системе электронного обучения; - подготовка к практическим занятиям; - подготовка к рубежному контролю).	**90,75**	**90,75**
Вид итогового контроля (экзамен)	**экзамен**	

Разделы дисциплины, изучаемые в 1 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Психология как наука	12	2	2		8
2	Общие основы психологии	66	8	16		42
3	Основы межличностного взаимодействия	66	8	16		42
	Итого:	144	18	34		92
	Всего:	144	18	34		92

4.2 Содержание разделов дисциплины

1 Психология как наука.

Предмет, объект психологии. Связь психологии с другими науками. Многообразие форм психологического знания: житейская, научная, парапсихология. Психология как наука и практическая деятельность. Основные формы проявления психики. Отражение, психическое и зеркальное отражение, формы психического отражения. Современные зарубежные направления психологии: бихевиоризм, гештальтпсихология, психоанализ, гуманистическая психология. Обзор методов психологии.

2 Общие основы психологии.

Теория деятельности. Понятия потребности, мотива, цели. Внутренний и внешний планы деятельности. Мотивационная сфера, строение мотивационной сферы, ее свойства. Мотивация и деятельность. Эмоционально-волевая сфера личности. Психические функции и их физиологические

механизмы: ощущение, восприятие, внимание, эмоции, память. Особенности зрительного восприятия и реклама. Восприятие человека человеком. Память человека, процессы и закономерности памяти. Мышление как психологический феномен. Мышление как процесс решения задач. Мышление и интеллект. Сознание человека, его предпосылки и условия возникновения. Структура сознания и его основные характеристики. Сознание и бессознательное. Понятие индивид, субъект деятельности, личность, индивидуальность. Индивид и качества человека как индивида. Субъект деятельности и его психическая организация. Личность, основные характеристики и ее структура. Самооценка и уровень притязаний личности. Индивидуальность человека, качества индивидуальности, уникальность жизненного пути человека. Физиологические основы психики. Строение и основные свойства нервной системы. Темперамент и его психологические особенности. Типологии и характеристики темперамента. Характер, взаимосвязь темперамента и характера человека. Половозрастные особенности во взаимосвязи с темпераментом и характером. Волевая регуляция и характер человека. Индивидуальный стиль деятельности и личность. Управленческая деятельности и личность

3 Основы межличностного взаимодействия.

Понятие и виды общения. Роль общения в психическом развитии человека. Техника и приемы общения. Конфликт и стили взаимодействия. Границы конструктивного поведения в конфликте. Понятие социальной роли. Ролевой и межличностный конфликт. Психологическая готовность к изменениям в профессиональной деятельности.

4.3 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Психология как наука.	2
2	2	Психика и организм.	2
3	2	Психические познавательные процессы.	2
4	2	Мышление и речь.	2
5	2	Способности и их структура.	2
6	2	Структура личности.	2
7	2	Личность в группе.	2
8	2	Особенности эмоциональных состояний.	2
9	2	Особенности волевой деятельности.	2
10	3	Понятие и виды общения	2
11	3	Роль общения в психическом развитии человека.	2
12	3	Техника и приемы общения.	2
13	3	Конфликт и стили взаимодействия.	2
14	3	Вербальная форма общения.	2
15	3	Невербальная форма общения.	2
16	3	Активное слушание, активное говорение.	2
17	3	Психологическая готовность к изменениям в профессиональной деятельности.	2
		Итого:	34

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

В учебно-методическое обеспечение дисциплины входят нормативно-правовые акты, основная литература, дополнительная литература, периодические издания, интернет-ресурсы, программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий, а также компоненты электронной информационно-образовательной среды в соответствии с Положением об электронной информационной образовательной среду ОГУ.

5.1 Основная литература

1. Ступницкий, В. П. Психология : учебник / В. П. Ступницкий, О. И. Щербакова, В. Е. Степанов. – 6-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2025. – 516 с. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL:

https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=720256 (дата обращения: 10.04.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-394-05587-4. – Текст: электронный.

2. Немов, Р. С. Психология : учебник : в 3 книгах : [16+] / Р. С. Немов. – Москва : Владос, 2023. – Книга 1. Общие основы психологии. – 689 с. :.таблица,схема. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=701700 (дата обращения: 10.04.2025). – ISBN 978-5-907482-19-7 (Кн. 1). – ISBN 978-5-907433-98-4. – Текст: электронный.

3. Гуревич, П. С. Психология : учебник / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 320 с. : ил. – (Учебники профессора П.С. Гуревича) (Познание. Вера. Свершение). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684995 (дата обращения: 10.04.2025). – ISBN 5-238-00905-4. – Текст: электронный.

5.2 Дополнительная литература

1 Психология : практикам / авт.-сост. З. М. Ахметгалеева ; Кемеровский государственный университет культуры и искусств, Социально-гуманитарный институт, Кафедра педагогики и психологии. – Кемерово : Кемеровский государственный университет культуры и искусств (КемГУКИ), 2015. – 120 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438325 (дата обращения: 10.04.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8154-0308-6. – Текст: электронный.

2. Ридецкая, О. Г. Психологическое сопровождение профессиональной деятельности : хрестоматия / О. Г. Ридецкая. – Москва : Евразийский открытый институт, 2012. – 806 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117870 (дата обращения: 26.03.2025). – ISBN 978-5-374-00573-8. – Текст : электронный.

5.3 Периодические издания

1. Вопросы психологии: журнал. – М: Агентство "Роспечать", 2016-2026. – Режим доступа: http://www.voppsy.ru/

2. Педагогика: журнал. – М : Агентство "Роспечать", 2016-2026. – Режим доступа: http://www.pedagogika-rao.ru/

5.4 Интернет-ресурсы

https://openedu.ru/course/ – «Открытое образование», Каталог курсов, МООК: «Психология».
http://www.inion.ru/index.php?page_id=197&rus – Фундаментальная библиотека ИНИОН РАН.
http://www.psychology-online.net – Психологическая библиотека оригинальных текстов.
http://www.hpsy.ru – Сайт, посвященный экзистенциальной и гуманистической психологии.
http://www.flogiston.ru – Неофициальный сайт факультета психологии МГУ.
http://www.vch.narod.ru – Психологическая лаборатория.
http://www.eidos.ru/journal/2004/0622-09.htm – Интернет-журнал «Эйдос».
https://universarium.org/ – курс «Практики конфликтования: конфликтовать нельзя жить мирно».
https://openedu.ru/course/hse/PSYHO/?session=2022 – МООК «Психология».
https://e.lanbook.com/ – ЭБС «Лань».
https://biblioclub.ru/ – Университетская библиотека онлайн.
https://eivis.ru/browse/udb/12 – Периодические издания на платформе «ИВИС».

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Операционная система РЕД ОС.
2. Пакет офисных приложений «МойОфис Образование»
3. Для работы с ресурсами Интернет – веб-браузер Яндекс https://yandex.ru/.
4. ГАРАНТ Платформа F1 [Электронный ресурс]: справочно-правовая система. / Разработчик ООО НПП «ГАРАНТ-Сервис», 119992, Москва, Воробьевы горы, МГУ, [1990–2026]. – Режим доступа в сети ОГУ http://garant.net.osu.ru.
5. Автоматизированная интерактивная система сетевого тестирования – АИССТ (зарегистрирована в РОСПАТЕНТ, Свидетельство о государственной регистрации программы для

ЭВМ №2011610456, правообладатель – Оренбургский государственный университет), режим доступа - http://aist.osu.ru.

6. Программная система проведения онлайн мероприятий и видеоконференций используется платформа «DION» (Конфигурация «DION EDU»). На основании договора № 2/223-3.7/40-03 от «10» марта 2026 г. Срок действия лицензий с 14.03.2026 г по 14.03.2027.

7. Университетская платформа для сопровождения процедуры проведения экзаменационных испытаний с использованием дистанционных образовательных технологий (https://exam.osu.ru/).

8. Психология [Электронный ресурс] : электронный курс в системе Moodle / Н.И. Кобзева, Оренб. гос. ун-т. – Электрон. дан. – Оренбург : ОГУ, [2014–2026]. – Режим доступа: Электронные курсы ОГУ в системе обучения moodle. – https://moodle.osu.ru/course/view.php?id=28881&notifyeditingon=1.

9. http://edu.garant.ru/garant/study/ – Интернет-версия ГАРАНТ-Образование, Система ГАРАНТ для студентов, аспирантов и преподавателей.

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения практических занятий используется компьютерный класс, оснащенный компьютерами с подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ. Имеется мультипсихометр.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, подключённой к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ