

Документ подписан простой электронной подписью Информация о владельце: ФИО: Таскаев Сергей Валерьевич Должность: Ректор Дата подписания: 07.04.2026 12:06:29 Уникальный программный ключ: 04c19ed8bfb98f3b6cb77a486b9a8788b8322323	МИНОВЕРНАУКИ РОССИИ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)	Рабочая программа дисциплины "Психология времени" по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 «Клиническая психология» направленности (профилю) специализация Клинико-психологическая помощь населению ФГБОУ ВО «ЧелГУ»	стр. 1
--	---	---	--------

Рабочая программа дисциплины (модуля)*

Психология времени

Направление подготовки (специальность)

37.05.01 Клиническая психология

Направленность (профиль)

Клинико-психологическая помощь населению

Присваиваемая квалификация (степень)

клинический психолог

Форма обучения

очная

Год(ы) набора 2026

***Рабочая программа дисциплины (модуля) адаптирована для инклюзивного обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Челябинск 2026 г.



Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ОПОП
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)
4. Объем дисциплины (модуля)
5. Структура и содержание дисциплины (модуля)
6. Фонд оценочных средств
 - 6.1. Перечень видов оценочных средств
 - 6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации
 - 6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации
 - 6.4. Критерии оценивания
7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)
 - 7.1. Рекомендуемая литература
 - 7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"
 - 7.3. Перечень информационных технологий
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Специальные условия освоения дисциплины обучающимися с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Рабочая программа дисциплины "Психология времени" по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 "Клиническая психология" направленности (профилю) специализация N 4 "Клинико- психологическая помощь ребенку и семье" ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 3

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения учебной дисциплины – формирование у студентов общего представления о психологическом времени и жизненном пути и обучение их методам психологической диагностики и коррекции временных структур личности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Цикл (раздел) ОПОП: ФТД.02

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Психология визуальной среды

Теория личности в клинической психологии

Нейропсихология

2.2 Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Практикум "Семейная психотерапия"

Практикум: телефон доверия

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Клиническая психология в геронтологии и гериатрии

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-1: Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий

Знать:

УК-1.1. Критически анализирует проблемную ситуацию с целью выработки стратегии действий, аргументировано формулирует собственные суждения и оценки

Уметь:

УК-1.2. Использует критический анализ, систематизацию и обобщение информации для решения проблемной ситуации

Владеть:

навыками критического анализа проблемных ситуаций

УК-6: Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни

Знать:

УК-6.1. Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов, используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития.

Уметь:

УК-6.2. Определяет цели и приоритеты собственной деятельности и способы их достижения.

Владеть:

УК-6.3. Планирует результаты собственной деятельности с учетом необходимых ресурсов.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

3.1 Знать:

3.1.1 психологию жизненного пути, категории психологического времени и его составляющих: прошлом, настоящем и будущем; 3) анализ научных подходов к изучению психологического времени, разработанных в отечественной и зарубежной психологии; 4) освоение методов и методик эмпирического изучения представлений личности о времени жизни; 5) знакомство с результатами научных исследований психологического времени на разных возрастных этапах и в специфических условиях социализации; 6) обсуждение способов оказания психологической помощи человеку в случаях трансформаций временных структур.

3.2 Уметь:

3.2.1 Анализировать научные подходы к изучению психологического времени



3.3 Владеть:

3.3.1 применять методы и методики диагностики психологического времени

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость	1 ЗЕТ
Часов по учебному плану : 36 в том числе : аудиторные занятия : 16 самостоятельная работа : 19,8 : контактная работа: 16,2 ИКР: 0,2	Виды контроля в семестрах: зачеты 8

5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Квнс	Часов	Литература
	Раздел 1.			
1.1	Время как объект научного изучения /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2
1.2	Время как объект научного изучения /Ср/	8	4	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2
1.3	Психологическое время личности /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.4	Психологическое время личности /Ср/	8	4	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.5	Факторы восприятия времени /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.6	Факторы восприятия времени /Ср/	8	5,5	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2
1.7	Временная перспектива: прошлое, настоящее, будущее /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.8	Временная перспектива: прошлое, настоящее, будущее /Ср/	8	2,3	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.9	Субъективная картина жизненного пути /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.10	Субъективная картина жизненного пути /Ср/	8	4	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.11	Психологический возраст личности /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.12	Тайм-менеджмент /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2
1.13	Ургентная зависимость /Пр/	8	2	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2
	Раздел 2. Иная контактная работа			
2.1	Индивидуальные консультации, текущий контроль /ИКР/	8	0,2	Л1.1Л2.1 Л2.2

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

6.1. Перечень видов оценочных средств

Темы докладов
Вопросы к зачету

6.2. Типовые контрольные задания и иные материалы для текущей аттестации

Пример тем докладов:
Восприятие времени животными. Анатомические основы восприятия времени человеком. «Чувство времени».
Понятие психологического времени. «Чистое» время и память о времени. Основные процессы восприятия времени: отражение и переживание. Свойства времени: динамические (длительность, последовательность, темп и т.д.) и структурные (непрерывность/прерывность, необратимость/обратимость, универсальность/локальность и т.д.).
Психологические подходы к изучению времени: квантовый, событийный, причинно-целевой и т.д. Психосемантическое исследование времени. Восприятие человеком временных промежутков. Связь точности восприятия временных интервалов с общим интеллектом. Индивидуально- психологические типы восприятия времени (брадихронический и тахихронический).
Законы восприятия времени: закон заполненного временного отрезка С. Л. Рубинштейна, основной закон



Рабочая программа дисциплины "Психология времени" по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 "Клиническая психология" направленности (профилю) специализация N 4 "Клинико- психологическая помощь ребенку и семье" ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 5

восприятия времени В. Вундта, закон эмоционально детерминированной оценки времени С. Л. Рубинштейна. Неравномерность течения времени. Свойства внутреннего времени личности: изменение хода времени, плотность переживания времени, обратимость времени и др. Течение времени в сновидениях. Методы экспериментального изучения восприятия времени.

6.3. Типовые контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации

Вопросы к зачету соответствуют наименованию тем

6.4. Критерии оценивания

«Зачтено» – обучающийся глубоко и полно владеет содержанием учебного материала и понятийным аппаратом; умеет связывать теорию с практикой, иллюстрировать ответ примерами, фактами, данными научных исследований; осуществляет межпредметные связи, самостоятельно формулирует предложения, выводы; умеет обосновывать свои суждения и профессионально-личностную позицию по излагаемому вопросу. Владеет практическими навыками, переносит знания на ситуации в жизни и быту. Ответ носит самостоятельный характер и/или допущенные ошибки самостоятельно исправляются студентом после дополнительных (уточняющих) вопросов преподавателя.

«Не зачтено» – студент имеет разрозненные, бессистемные знания; не умеет выделять главное и второстепенное. Допускает ошибки в определении понятий, формулировке теоретических положений, искажающих их смысл; не ориентируется в нормативно-концептуальных, программно-методических, исследовательских материалах, беспорядочно и неуверенно излагает материал; не умеет соединять теоретические положения с практикой; не умеет применять знания на ситуации в жизни и быту, не владеет практическими навыками.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л1.1	Нестик Т. А.	Социальная психология времени: монография (https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271656)	Москва : Институт психологии РАН, 2014	ЭБС

7.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Ресурс
Л2.1	Головаха Е. И., Кроник А. А., Сохань Л. В.	Психологическое время личности	Киев : Наукова думка, 1984	
Л2.2	Попов Е.Б.	Развитие человека и психологическое время жизни: монография (https://znanium.com/catalog/document?id=54793)	Москва : ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2016	ЭБС

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Лань [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Лань. – URL: http://e.lanbook.com/ .
Э2	Юрайт [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / издательство Юрайт. – URL: https://bibli-online.ru .

7.3 Перечень информационных технологий

7.3.1 Программное обеспечение

Adobe Reader

7.3.2 Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Освоение дисциплины обучающимися осуществляется с использованием средств обучения общего назначения:

– практические занятия проводятся в аудиториях, рассчитанных на 100-200 обучающихся с возможностью использования мультимедийного оборудования (экран, компьютер, проектор, колонки).



Рабочая программа дисциплины "Психология времени" по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 "Клиническая психология" направленности (профилю) специализация N 4 "Клинико- психологическая помощь ребенку и семье" ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 6

– учебная аудитория для практических занятий – проведение практических занятий осуществляется в специализированной учебной аудитории, рассчитанной на 30 студентов, с мультимедийным оборудованием, другим специальным оборудованием и инвентарём, в том числе с макетами для демонстрации техники и приёмов первой медицинской помощи. Для практических занятий может использоваться компьютерный класс.

– учебная аудитория для самостоятельной работы – стандартные учебные рабочие места, в том числе (по согласованию) с персональными компьютерами.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Обучение по дисциплине предполагает изучение курса на практических занятиях и самостоятельной работы студентов. Подготовка заключается в следующем:

- внимательно прочитайте материал по теме;
- узнайте тему предстоящего занятия (по тематическому плану, по информации лектора);
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей профессиональной подготовке;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на практическом занятии.

Подготовка к зачету. К зачету необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине. В самом начале учебного курса познакомьтесь со следующей учебно-методической документацией:

- программой дисциплины;
- перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть;
- контрольными мероприятиями;
- учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также электронными ресурсами.

После этого у вас должно сформироваться четкое представление об объеме и характере знаний и умений, которыми надо будет овладеть по дисциплине. Систематическое выполнение учебной работы на лекциях и практических занятиях позволит успешно освоить дисциплину и создать хорошую базу для сдачи зачета.

На самостоятельной работе обучающимся прививается практика работы с нормативной, специальной литературой, а также навыки самостоятельного научного поиска и исследовательской работы.

10. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием специальных технических средств и информационных технологий, предоставляемых Ресурсным учебно-методическим центром по обучению инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья ЧелГУ по запросу обучающегося (мобильные специальные технические средства для лиц с нарушениями зрения и с нарушением слуха, ассистивные информационные технологии).

При необходимости для обучающихся с нарушениями зрения на рабочих местах для проведения практических или лабораторных занятий устанавливается специальное программное обеспечение (программа речевой навигации, речевые синтезаторы, экранные лупы).

В учебные аудитории обеспечивается беспрепятственный доступ для обучающихся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается соответствующее количество мест для обучающихся с учетом нарушений их здоровья.

Для освоения дисциплины инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется доступ к печатным источникам, имеющимся в научной библиотеке ЧелГУ, с помощью специальных технических средств; доступ с помощью специальных технических и программных средств к электронным источникам, представленным в форме электронного документа в фонде научной библиотеки ЧелГУ или электронно-библиотечных системах.

Учебно-методические материалы для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и особенностям восприятия информации.

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья освоение дисциплины может быть частично или полностью осуществлено с использованием дистанционных образовательных технологий.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обучающимся с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается по их заявлению предоставление в доступной форме в зависимости от их индивидуальных особенностей инструкции о порядке проведения промежуточной аттестации, оценочных средств и возможности ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, письменно шрифтом Брайля, с использованием услуг ассистента, устно).



МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Челябинский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ЧелГУ»)

Рабочая программа дисциплины "Психология времени" по направлению подготовки (специальности) 37.05.01
"Клиническая психология" направленности (профилю) специализация N 4 "Клинико- психологическая помощь
ребенку и семье" ФГБОУ ВО «ЧелГУ»

стр. 7

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование предоставленных ЧелГУ или собственных технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. При необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на задания, процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.