

# СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

Учебно-методические рекомендации по дисциплине:  
**ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**  
для направления 43.03.01 «Физическая культура»

Факультет: заочного обучения  
Кафедра педагогики и психологии  
Курс: 3  
Семестр: 5,6  
Лекций: 8 часов  
Семинарских занятий: 6 часов  
Самостоятельная работа: 54 часа  
Зачет: 6 семестр  
Всего часов - 72

## ТЕМЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

При самостоятельном изучении отдельных тем дисциплины рекомендуем воспользоваться следующим планом и списком литературы.

Тема: Теории развития человека.

План:

1. Психоаналитические теории детского развития (З.Фрейд, А.Адлер, К.Хорни, Э.Эриксон).
2. Бихевиоризм о психическом развитии человека (Дж.Уотсон, Б.Скиннер, Торндайк).
3. Когнитивные теории развития (Ж.Пиаже).
4. Подход к психическому развитию в гуманистической психологии (К.Роджерс, А.Маслоу).
5. Культурно-историческая теория развития ребенка Л.С.Выготского; понятия «социальная ситуация развития», «ведущая деятельность», «новообразование», «психологический возраст».

Литература.

1. Хьелл, Л., Теории личности./Л. Хьелл, Д. Зиглер - СПб.: Питер, 2003. - 608 с. С.112 -116. с. 118 – 127, с.167 – 171, с. 176 – 180, с.533 – 545, с.482 -499.
2. Марцинковская, Т.Д. История детской психологии: Учебник для студ. пед. вузов./Т.Д.Марцинковская. – М.: Гуманит. изд. центр Владос, 1998. – 272 с. С.135-144, с.150 – 156, с.194 -201, с.242 – 245, с.212 – 219.
3. Адлер, А. Очерки по индивидуальной психологии./ А.Адлер.- Когито-Центр 2002. – 219с. С. 12 – 16, с.17 – 20, с.38 – 41.
4. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды./ Ж. Пиаже. – М.: Международная педагогическая академия, 1994.- 608 с. С.60 – 62, с.174 – 225.

5. Крайг, Г. Психология развития./ Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000.- 987с. С. 74 – 82.
6. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т. 2./ Л.С.Выготский; ред. В.В. Давыдова.- М.: Педагогика, 1982. – 504 с.
7. Пузырей А.А. Культурно-историческая теория Л.С.Выготского и современная психология. – М.: МГУ, 1986. - 118 с.

Тема: Возрастные кризисы

План:

1. Концепция возрастных кризисов в отечественной психологии
2. Структура возрастного кризиса.
3. Кризис новорожденности.
4. Кризис одного года.
5. Психосоциальное развитие в раннем возрасте, кризис трех лет.
6. Позитивная и негативная симптоматика кризиса трех лет
7. Кризис семи лет.
8. Готовность к обучению в школе.

Литература.

1. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов: Уч. Пособие / К.Н. Поливанова – М.: Академия, 2000, - 184 с. С.23 -35, с. 143 – 152, с. 62 – 64, с.64 – 66, с.70 – 75, с.110 – 120, с.126 – 140.
2. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия: [учеб пособие] для студвысш учеб заведений / сост: И В Дубровина, А М Прихожан, В ВЗацепин - 5-е изд, стер - М: Академия, 2008 – 368 с. С.62 – 67.
3. Выготский, Л.С. Собр. соч. в 6 т. Т.1./ Л.С. Выготский.- М.: Педагогика, 1982.— 488 с. С.376 – 385.
4. Малкина-Пых, И.Г. Кризисы подросткового возраста./ И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. -384 с. С.5 – 25.
5. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы./ Л.Ф. Обухова. – М.: Триволта, 1995. -352 с. С. 193 -200, с.222 -230. с.255 -260.

Тема: Возрастные периодизации.

План:

1. Проблема возраста, литические и критические периоды, периодизация психического развития по Л.С. Выготскому.
2. Периодизация психического развития Эльконина Д.Б.
3. Психосоциальные стадии развития по Э.Эриксону.

Литература.

1. Выготский, Л.С. Собр. соч. в 6 т., Т.4./ Л.С. Выготский. - М.: Педагогика, 1984. — 432 с. С.247 -256.
2. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия: (учеб пособие) для студ. высш. учебн. заведений / сост.: И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. - 5-е изд, стер - М: Академия, 2008 – 368 с. С. 11-18.
3. Эльконин, Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте. – Вопросы психологии, 1971, №4 с.39 – 51.

4. Хьелл, Л., Теории личности./Л. Хьелл, Д. Зиглер - СПб.: Питер, 2003. - 608 с. С. 221 – 235.
5. Крайг, Г. Психология развития./ Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000.- 987с. С. 87 – 91.

Тема: Младенчество и раннее детство.

План:

1. Кризис новорожденности. Возрастная задача этапа новорожденности. Комплекс оживления.
2. Характеристика непосредственного эмоционального общения как ведущей деятельности младенчества. Двигательное и речевое развитие в младенчестве.
3. Кризис одного года.
4. Влияние действий с предметами на познавательное развитие ребенка
5. Формирование самосознания ребенка в раннем детстве. Кризис трех лет.

Литература.

1. Крайг, Г. Психология развития./ Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000.- 987с. С. 206 – 314, с.350 -448.
2. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов: Уч. Пособие / К.Н. Поливанова – М.: Академия, 2000, - 184 с. с.70 - 75, с.110 – 120, с. 126 – 140.
3. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы./ Л.Ф. Обухова. – М.: Триволта, 1995. -352 с. С. 193 -200, с. 222 - 230.
4. Малкина-Пых, И.Г. Кризисы подросткового возраста/ И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005.- 384 с. С.5 – 25.
5. Бернс, Р. Развитие Я – концепции и воспитание./Р. Бернс. - М.: Прогресс, 1986.- 169с.

Тема: Психосоциальное развитие в дошкольном возрасте.

План:

1. Виды и функции ролевой игры.
2. Развитие образа Я, половая идентификация
3. Развитие самооценки.
4. Развитие самоконтроля. Кризис 7 лет.
5. Детские страхи, детская ложь.
6. Роль сказки в развитии ребенка.

Литература.

1. Крайг, Г. Психология развития./ Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000.- 987с. С. 350 – 448.
2. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов: Уч. Пособие / К.Н. Поливанова – М.: Академия, 2000, - 184 с. С.126 – 140.
3. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы./ Л.Ф. Обухова. – М.: Триволта, 1995. -352 с. С.231 - 254, с.255 - 260.
4. Малкина-Пых, И.Г. Кризисы подросткового возраста/ И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005.-384 с. С.5 – 25.

5. Бернс, Р. Развитие Я – концепции и воспитание./Р. Бернс. - М.:Прогресс, 1986.- 169с.

Тема: Младший школьный возраст.

План:

- 1.Готовность к обучению в школе. Проблема школьных дезадаптаций.
- 2.Развитие социальных отношений. Особенности общения с учителем и сверстниками.
- 3.Структура учебной деятельности
- 4.Новообразования младшего школьного возраста.

Литература.

1. Крайг, Г. Психология развития./ Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000.- 987с. С. 458 – 547.
2. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы./ Л.Ф. Обухова. – М.: Триволта, 1995. -352 с. С.261 – 302.
3. Мухина, В. С. Возрастная психология. Феноменология развития: учебник для студ. высш. учеб.заведений. / В.С. Мухина. - 10-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 608с. С.309 – 310.
4. Цукерман, Г.А. Зачем детям учиться вместе./ Г.А.Цукерман - М.:Педагогика, 2001 – 217с.

Тема: Подростковый возраст

План:

1. Возрастные задачи развития.
2. Подростковый кризис.
3. Становление идентичности. Статусы идентичности по Марсиа.
4. Типичные поведенческие реакции подросткового возраста по Личко.
5. Группы сверстников и социальное поведение.
6. Аддиктивное поведение подростков.

Литература.

1. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб.пособие для студ. высш. пед. заведений./ К.Н. Поливанова. - М.: Издат. центр, 2000. - 184 с. С.75 - 81, с.153 – 161.
2. Выготский, Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т. 1./ Л.С.Выготский; ред. В.В. Давыдова.- М.: Педагогика , 1982. –488с. С. 210 – 214.
3. Личко, А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Изд. 2-е доп. и перераб. / А.Е. Личко– Л.: Медицина, 1983 - 256 с. С. 36 – 50.
4. Малкина-Пых, И.Г. Кризисы подросткового возраста./ И.Г. Малкина- Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 384 с. С. 58 – 61.
5. Кле, М. Психология подростка./ М.: Педагогика, 1991.-176 с. С. 126 – 133, с.142 – 157.
6. Психология подростка / ред. Реана А.А. СПб.:ЕВРОЗНАК, 2003. — 480 с. С. 110 – 141, с. 382 – 411.

Тема. Юношеский возраст.

### План:

1. Возрастные задачи развития.
2. Социальный статус юношества.
3. Цели самосовершенствования, организация самовоспитания.
4. Профессиональное самоопределение.
5. Дружба. Проблема одиночества.

### Литература.

1. Малкина-Пых, И.Г. Кризисы подросткового возраста./ И.Г. Малкина- Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 384 с. С.61 - 66.
2. Кон, И.С. Психология ранней юности. / И.С. Кон – М.: Просвещение, 1989. -320с. С. 180 – 183, 193 – 204.
3. Кон И.С. Социальный статус юношества – в кн. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия. Учеб.пособие для вузов (Высшее образование) / Сост. и науч. ред.: В. С.Мухина, А.А.Хвостов. - М.: Академия, 2003.- 623с. С. 529 – 532.
4. Кон И.С. Социальный статус юношества – в кн. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия. Учеб.пособие для вузов (Высшее образование) / Сост. и науч. ред.: В. С.Мухина, А.А.Хвостов. - М.: Академия, 2003.- 623с. С. 529 – 532.
5. Орлов, Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера./ Ю.М. Орлов – М.: Просвещение, 1987. — 224 с. С. 101 – 112, с. 184 – 191.

## **ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

### *Основная литература*

1. Крайг, Г. Психология развития /Г.Крайг, Д.Бокум.- 9-е изд.- СПб,2011.- 940с.
2. Обухова, Л.Ф. Возрастная психология: учебник для вузов/Л.Ф. Обухова. - М.:Высшее образование; МГППУ,2009.-460с.
3. Эльконин, Б.Д. Психология развития: учебник/Б.Д. Эльконин.-4-е изд., - М.:Академия,2008.-144с.

### *Дополнительная литература*

1. Андреева, Н.Г.Этот удивительный младенец: О развитии и воспитании ребенка первого года жизни./ Н.Г. Андреева, Л.В. Соколова. - Спб.: Лань,1999.-224с.
2. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте./ Л.И. Божович. - Спб.: Питер, 2008.— 464 с.
3. Венгер, Л. А., Марцинковская Т. Д., Венгер А. Л. Готов ли ваш ребенок к школе./ Л. А. Венгер, Т. Д. Марцинковская, А. Л. Венгер — М.: Знание, 1994. — 192 с.
4. Волков, Б.С. Возрастная психология: в 2-х ч. Ч. 1: От рождения до поступления в школу: учебное пособие./Б.С. Волков, Н.В. Волкова.-М.: Владос, 2008.- 366с .

5. Волков, Б.С. Возрастная психология: в 2-х ч. Ч. 2: От младшего школьного возраста до юношества: учебное пособие./Б.С. Волков, Н.В. Волкова.-М.: Владос, 2008. -343с.
6. Галигузова, Л. Н., Смирнова Е. О. Ступени общения: от года до шести лет. М.: Наука, 2002. – 214с.
7. Гамезо, М.В.Возрастная и педагогическая психология./ М.В.Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М.Орлова. - М.: Педагогическое общество России, 2003 - 512 с.
8. Гати, Ф., Подросток./ Ф.Гати, Д. Гайер и др - М.: Прогресс, 1977.-168 с.
9. Гиппенрейтер, Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?/ Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: «ЧеРо» и «Сфера», 2001. – 240 с.
10. Гиппенрейтер, Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так?/ Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: АСТ «Астрель» ВКТ Владимир, 2008. – 251 с.
11. Зимняя, И. А.Педагогическая психология. Учебник для вузов. Изд. второе, доп., испр. и перераб./ И. А.Зимняя. — М.: Издательская корпорация «Логос», 2000. — 384 с.
12. Кон, И.С. Психология ранней юности. / И.С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. -320с.
13. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. /И.Ю.Кулагина, В.Н. Колуцкий.- М.: Сфера, 2001. - 464с.
14. Малкина-Пых, И.Г. Кризисы подросткового возраста/ И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005.-384 с.
15. Мухина, В.С. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность (хрестоматия)/ В.С. Мухина, А.А. Хвостов - Академия, 2007. - 624 с.
16. Наш проблемный подросток: помогаем разрешать проблемы / ред. Л.А. Регуш. – СПб.:РГПУ им. А.И. Герцена, 2003. - 193 с.
17. Обухова, Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы./ Л.Ф. Обухова. – М.: Триволта, 1995. -352 с.
18. Особенности психического развития детей 6-7-летнего возраста /Под ред. Д.Б. Эльконина, А.Л.Венгера.- М.: Педагогика, 1988.— 136 с.
19. Пахальян, В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст/В. Э. Пахальян.-СПб. :Питер, 2006 .-240с.- (Практическая психология).
20. Поливанова, К.Н. Психология возрастных кризисов./ К.Н. Поливанова. - М.: Смысл, 2001. – 414 с,
21. Психология развития / ред. Т.Д. Марцинковской. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 352 с.
22. Психология современного подростка / ред. Л.А. Регуш. – СПб.: Речь, 2005. – 387 с.
23. Стоунс, Э. Психопедагогика: Психологическая теория и практика обучения / под ред. Н.Ф.Талызиной. - М: Педагогика, 1984.- 472 с.
24. учеб.заведений./ И.В. Шаповаленко. - М.: Гардарики, 2005. - 349 с.
25. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии./Под ред. И.И. Ильасова, В.Я. Ляудис.- М.: Изд. МГУ, 1981.
26. Шаповаленко, И.В. Возрастная психология. Учебник для студ. высш.

27. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды./ Эльконин, Д.Б. - М.: Просвещение, 1989. - 277 с.

### **Перечень ресурсов информационно-коммуникативной сети Internet, необходимый для освоения дисциплины**

Электронные библиотеки, в которых можно найти необходимые учебники и монографии

1. <http://www.psychology.ru/library>
2. <http://bookap.info/>
3. <http://lib.ru/PSIHO/>
4. <http://flogiston.ru/library>
5. <http://psychology.net.ru/articles/>
6. <http://psylib.myword.ru/>
7. <http://psyberia.ru/>
8. <http://sbiblio.com/biblio/default.aspx?group=0>
9. <http://www.psycheya.ru/>
10. <http://pedlib.ru/>

### **ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ**

1. Предмет и методы возрастной психологии. Возрастная и педагогическая психология.
2. Понятие о развитии. Общие характеристики развития. Основные факторы развития.
3. Основные области развития человека.
4. Основные теории развития: Психоанализ, бихевиоризм о развитии ребенка.
5. Основные теории развития: Генетическая психология Ж. Пиаже, гуманистическая психология о развитии ребенка.
6. Культурно-историческая теория развития ребенка Л.С. Выготского.
7. Возрастная периодизация психического развития ребенка Эльконина Д.Б.
8. Стадии психосоциального развития человека по Э. Эриксону.
9. Особенности развития ребенка первого года жизни. Кризис 1 года.
10. Познавательное развитие ребенка раннего возраста.
11. Психосоциальное развитие ребенка раннего возраста. Кризис 3 лет.
12. Общая характеристика дошкольного возраста. Ролевая игра как ведущая деятельность.
13. Развитие общения с взрослыми и сверстниками в дошкольном возрасте.
14. Развитие самосознания в дошкольном возрасте.
15. Познавательное развитие ребенка дошкольного возраста.
16. Готовность к обучению в школе.
17. Общая характеристика младшего школьного возраста. Учение как ведущая деятельность. Структура учебной деятельности.

18. Физическое развитие ребенка младшего школьного возраста.
19. Познавательное развитие ребенка младшего школьного возраста.
20. Психосоциальное развитие ребенка младшего школьного возраста. Развитие общения, самосознания, эмоционально-волевой сферы.
21. Общая характеристика подросткового возраста. Особенности общения с взрослыми. Ведущая деятельность.
22. Физическое развитие подростка.
23. Психосоциальное развитие подростка. Развитие самосознания, становление характера.
24. Общая характеристика юношеского возраста. Биологическая, социальная и психологическая зрелость.
25. Ведущая деятельность и новообразования юношеского возраста.
26. Особенности общения с взрослыми и сверстниками в юношеском возрасте. Развитие самосознания в юношеском возрасте.

### **РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ**

1. Педология как этап развития возрастной психопедагогике.
2. Бихевиоризм о психическом развитии ребенка. Роль научения.
3. Представления о формировании личности в психоаналитических теориях.
4. Генетическая психология Ж. Пиаже о психическом развитии ребенка.
5. Сущность психического развития в гештальтпсихологии.
6. Современные возрастные периодизации, сравнительный анализ.
7. Роль кризисов в развитии человека.
8. Влияние культуры на психическое развитие ребенка.
9. Развитие Я-концепции ребенка в дошкольном возрасте.
10. Роль сказки в развитии личности ребенка. Сказкотерапия.
11. Роль игрушки в психическом развитии ребенка.
12. Кризис трех лет: позитивная и негативная симптоматика
13. Стили семейного воспитания, их влияние на развитие личности ребенка.
14. Полоролевая идентификация ребенка.
15. Готовность к обучению в школе.
16. Синдром дефицита внимания у младших школьников.
17. Трудности взросления современных подростков.
18. Аддиктивное поведение подростков.
19. Особенности Я-концепции подростка.
20. Мотивация профессиональной ориентации.
21. Цели самовоспитания в подростковом и юношеском возрасте.
22. Личностное самоопределение в юности.

## Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Характеристику основных возрастных периодов развития рекомендуем давать по следующему плану:

- *общая характеристика* развития в данный возрастной период (социальная ситуация развития, ведущая деятельность, основные новообразования);
- *особенности физического развития* (характер изменений размеров и массы тела, двигательное развитие, развитие головного мозга и анализаторных систем);
- *когнитивное развитие* (развитие познавательных процессов, речи, направленность познавательной активности);
- *психосоциальное развитие* (развитие самосознания, общения, черт характера). Общие рекомендации:
- активно участвовать в обсуждениях психологических явлений на групповых занятиях;
- обязательно читать рекомендованную литературу;
- полезно завести словарь терминов, что облегчает их усвоение и запоминание.

### *Требования к написанию реферата*

Реферат оформляется в печатном виде.

1. Объем реферата: 10-15 страниц машинописного текста формата А-4;
2. Шрифт Times New Roman, 14 пт.;
3. Интервал 1,5.
4. Поля: 2 см.
5. Все чертежи, графики, рисунки и таблицы должны быть подписаны.
6. Нумерация страниц начинается с 3-ей страницы (титульный лист и содержание не нумеруются).
7. На проверку сдается печатный вариант.

В содержании приводятся названия структурных компонентов реферата: введение, название пунктов и подпунктов основной части, заключение, список использованной литературы. Во введении автор указывает на актуальность темы, приводит ее обоснование. В основной части кратко и логично излагается теоретический аспект реферируемой проблемы, приводятся результаты исследования, которые подтверждают или ставят под сомнение теоретические положения, аргументируется собственный взгляд на данную проблему. Библиографические ссылки в тексте реферата оформляются в квадратных скобках (Например, В.А. Караковский [7] в книге "Воспитание? Воспитание... Воспитание!") Цитаты оформляются с указанием источника и страниц (Например, как отмечает В.А. Караковский [7, с.7]) и пр. В заключении автор реферата обобщает положения, высказанные во введении и основной части; формулирует основные выводы. Его объем обычно не превышает 1 страницу. Список использованной литературы приводится в алфавитном порядке.

8. Тема выбирается из предложенных преподавателем.

*Критерии оценки написания реферата:*

Результат выполнения реферата оценивается отметками «зачтено» или «не зачтено».

При написании реферата должны учитываться актуальность выбора темы. Объём реферата (не менее 15 страниц). Правильный выбор литературы (соотношение классических и современных источников). Чёткое раскрытие основных идей выбранной темы. Правильность обобщений и представление своей позиции. Правильно оформленный список литературы. Правильное оформление реферата.

*Требования к защите реферата:*

1. Продолжительность защиты 7-8 минут.
2. Непринужденное изложение материала.
3. Представление наглядности.
4. Ответы на вопросы.

*Критерии оценки защиты реферата:*

Актуальность выбранной темы.

Логичность изложения.

Использование различных источников в ходе подготовки к защите.

Убедительность представленных доводов.

Представление собственного отношения к защищаемой теме.