

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Жуйкова Татьяна Валерьевна
Должность: Директор
Дата подписания: 14.02.2026
Уникальный программный ключ:
d3b13764ec715c944271e8630f1e6d3513421163

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»

Факультет психолого-педагогического образования
Кафедра психологии и педагогики дошкольного и начального образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.06.10 «ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ВЗРОСЛЫХ»**

Направление подготовки	44.03.02	Психолого-педагогическое образование
Профиль подготовки	Практическая психология и педагогика	
Автор (ы)	Л. А. Рыбакова, к. психол. н., доцент кафедры ППО	

Одобрена на заседании кафедры психологии и педагогики дошкольного и начального образования. Протокол от 19.02.2026 г. № 6.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности методической комиссией факультета психолого-педагогического образования. Протокол от 24.02.2026 г. № 3.

Нижний Тагил
2026

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: формирование и развитие компетенций, направленных на понимание основных закономерностей и феноменов психического развития взрослых и их использование в профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Сформировать теоретические знания об основных закономерностях развития во взрослых возрастах.
2. Ознакомить студентов со спецификой познавательного, социального и личностного развития взрослых.
3. Сформировать умения анализировать поведенческие и личностные проблемы взрослых, связанные с возрастными и психологическими особенностями их развития.
4. Сформировать умения разрабатывать психологические рекомендации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья взрослых субъектов образовательного процесса.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Возрастная психология взрослых» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, профиль «Практическая психология и педагогика». Дисциплина входит в модуль «Предметно-методический» и относится к обязательной части учебного плана.

Для изучения учебной дисциплины необходимы знания, умения и владения, формируемые следующими дисциплинами:

1. Общая и экспериментальная психология.
2. Психология развития.

Перечень учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и владения, формируемые данной учебной дисциплиной:

1. Психолого-педагогические технологии работы с подростками и молодежью.
2. Психолого-педагогическое взаимодействие участников образовательных отношений.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Дескрипторы
ОПК-7. Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	ОПК-7.1. Взаимодействует с родителями (законными представителями) обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов в сфере образования и индивидуальной ситуации обучения, воспитания, развития обучающегося	Знает нормативно-правовых актов в сфере образования
		Умеет взаимодействовать с родителями обучающихся с учетом требований нормативно-правовых актов
	ОПК-7.2. Взаимодействует со	Владеет умением учитывать требования нормативно-правовых актов в сфере образования
		Знает задачи психолого-медико-

	специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума	педагогического консилиума
		Умеет взаимодействовать со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума
		Владеет навыками взаимодействия со специалистами в рамках психолого-медико-педагогического консилиума
	ОПК-7.3. Взаимодействует с представителями организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.	Знает особенности организаций образования, социальной и духовной сферы, СМИ, бизнес-сообществ и др.
		Умеет взаимодействовать с представителями различных организаций
		Владеет умениями взаимодействия с представителями различных организаций
ПК-6. Способен планировать и реализовывать мероприятия, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья субъектов образовательного процесса	ПК 6.1. Знает: основы обеспечения психологической безопасности обучающихся в образовательном процессе; приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями их развития; технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды	Знает основы обеспечения психологической безопасности обучающихся в образовательном процессе
		Умеет применять приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся
		Владеет технологиями и способами проектирования безопасной образовательной среды
	ИПК 6.2. Умеет: использовать приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями их развития; разрабатывать психологические рекомендации, направленные на сохранение и укрепление психологического	Знает приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся
		Умеет разрабатывать психологические рекомендации, направленные на сохранение здоровья обучающихся
		Владеет приемами организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными особенностями
	ПК 6.3. Готов: планировать и реализовывать мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса	Знает способы сохранения и укрепление здоровья субъектов образования
		Умеет планировать и реализовывать мероприятия, направленные на сохранение здоровья субъектов образования
		Владеет умениями планирования и реализации мероприятий,

		направленных на сохранение здоровья субъектов образования
--	--	---

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зач. ед. (108 час.), семестр изучения – 6, распределение по видам работ представлено в таблице.

Таблица 1. Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения
	очная
Общая трудоёмкость дисциплины по учебному плану	108
Контактная работа , в том числе:	44
Лекции	18
Практические занятия	26
Самостоятельная работа	37
Подготовка к экзамену в 6 семестре	27

4.2.1. Учебно-тематический план дисциплины (заочная форма обучения)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа		Самост. работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практич. занятия			
1. Психологические особенности возраста молодости	20	4	6	10	Устный ответ, решение психологических задач	Вопросы и решение кейсов к экзамену
2. Психологические особенности возраста средней зрелости	20	4	6	10	Устный ответ, решение психологических задач	
3. Психологические особенности возраста поздней зрелости	20	4	6	10	Устный ответ, решение психологических задач	
4. Особенности взаимодействия со	21	6	8	7	Устный ответ,	

взрослыми в образовательном процессе					решение психологических задач	
Подготовка и сдача экзамена	27			27		
Всего по дисциплине	108	18	26	54		

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1. Психологические особенности возраста молодости.

Хронологические границы возраста молодости. Три аспекта развития: профессиональный, семейный, аспект развития системы представлений человека о самом себе. Задачи развития: формирование стиля жизни, уточнение и реализация профессиональных планов, создание семьи и начало родительства. Задачи развития в молодости (R. Navighurst): выбор супруга (и); подготовка к супружеской жизни; создание семьи; воспитание детей; ведение домашнего хозяйства; начало профессиональной деятельности; принятие гражданской ответственности; нахождение соответствующей (близкой по образу жизни) социальной группы. Центральные новообразования периода молодости: семейные отношения и профессиональная компетентность. Освоение родительской роли как задача личностного развития. Психологические ловушки при освоении роли отца по Г. С. Абрамовой). Содержание и сущность кризиса 30 лет.

Тема 2. Психологические особенности возраста средней зрелости.

Условные границы средней зрелости: 30–60 лет. Основное противоречие возраста – продуктивность против стагнации. Генеративность — основная характеристика возраста. Задачи развития в период средней зрелости. Центральное возрастное новообразование периода зрелости. Социально-экономические условия как фактор индивидуального развития человека. Характеристика кризиса 40 лет. Трудности переживания внутренних конфликтов, изменения жизненных стереотипов и установок на будущее. Переоценка значимости других людей, обстоятельств и условий осуществления индивидуальной судьбы. Личностная рефлексия, анализ достижений и ошибок прошлого, оценка возможностей самореализации в оставшийся отрезок времени. Достижения физической, социальной, психологической зрелости. Понятие «психологическая зрелость». Задачи профессиональной продуктивности. Периоды творческого расцвета представителей разных профессиональных сфер. Становления человека в качестве субъекта общения, познания и деятельности. Период «акмэ».

Тема 3. Психологические особенности возраста поздней зрелости.

Социальная ситуация развития возраста поздней зрелости. Характеристика психосоциальной стадии развития поздней зрелости по Э. Эриксону). Прогрессивный и негативный варианты развития. Задачи поздней зрелости: приспособление к убыванию физических сил и ухудшению здоровья; привыкание к более скромному материальному положению и уединенному образу жизни; адаптация к смерти супруга и близких людей; установление отношений с людьми своего возраста; выполнение социальных и гражданских обязательств; обеспечение удовлетворительных жизненных условий; выработка отношения к смерти. Ведущая деятельность и новообразования личности в период поздней зрелости. Задачи геронтологии. Проблема профилактики заболеваний в пожилом возрасте. Психофизиологические механизмы старения. Специфика женского и мужского старения. Психологические изменения у пожилых людей. Обучение пожилых людей способам

поведения, удлиняющим процесс активной жизни. Современные исследования мудрости как психологического феномена. Характеристика мудрого человека. Главная особенность зрелых возрастов.

Тема 4. Особенности взаимодействия со взрослыми в образовательном процессе.

Особенности взаимодействия педагога с коллегами разных возрастов. Особенности взаимодействия с родителями обучающихся разного возраста. Особенности взаимодействия с пожилыми людьми. Содержание психотерапевтической помощи пожилым людям. Психологические рекомендации, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья субъектов образовательного процесса. Мероприятия, направленные на сохранение и укрепление психологического здоровья субъектов образовательного процесса. Методы эффективного взаимодействия с пожилыми людьми.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

1. Абрамова, Г. С. Практикум-хрестоматия по возрастной психологии / Г. С. Абрамова. — М. : Прометей, 2018. — 384 с. — ISBN 384 с. 978-5-906879-72-1 : Б. ц. — Текст : непосредственный.
2. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология : учебник для вузов / Л. Ф. Обухова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 411 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18497-6. — Текст электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559587> (дата обращения: 10.02.2025).
3. Рыбакова, Л. А. Возрастная психология : учебно-методическое пособие / Л. А. Рыбакова — Нижний Тагил : НТГСПИ, 2019. — 104 с. — ISBN 978-5-8299-0416-6 : Б. ц. — Текст : непосредственный.

Дополнительная литература

1. Психология развития и возрастная психология : учебник и практикум для вузов / Л. А. Головей [и др.] ; под общей редакцией Л. А. Головей. — 2-е изд., испр. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 415 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15965-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/559968> (дата обращения: 11.02.2025).

Интернет-ресурсы

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntsmpi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда УрГПУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).

5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т.ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/	Электронные базы данных НТГСПИ
https://ibooks.ru	ЭБС «Айбукс»
https://urait.ru	ЭБС Юрайт
http://e.lanbook.com	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
http://elibrary.ru	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда УрГПУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Помещения.

Помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

6.2. Оборудование и технические средства обучения.

6.2.1. Оборудование.

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки.

6.2.2. Технические средства обучения.

Презентации лекций, онлайн-платформы.

6.2.3. Учебные и наглядные пособия.

Печатные учебные пособия и наглядный материал: раздаточный материал.