

Приложение № 9
к программе профессиональной
переподготовки
«Точка опоры:
педагог в турбулентной
и конфликтной среде»

АНО «Институт Адаптивного Интеллекта»

УТВЕРЖДАЮ
Исполнительный директор
АНО «Институт
Адаптивного
Интеллекта»
Г.А. Куркина



«6» октября 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

УД.09. Психология цифрового поколения

для специальности дополнительного профессионального
образования

Специалист по психопрофилактике и кризисному
сопровождению в образовании

Рабочая программа учебной дисциплины **УД.09. Психология цифрового поколения** составлена с учетом Приказа Министерства образования и науки России от 07.08.2014 N 956 (ред. от 13.07.2017) об утверждении Федерального государственного профессионального стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.03.02 Конфликтология; Приказа Министерства образования и науки России от 07.08.2014 N 956 (ред. от 13.07.2017) об утверждении Федерального государственного профессионального стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование;

Организация-разработчик:

АНО «Институт Адаптивного
Интеллекта»

Автономная некоммерческая организация «Институт Адаптивного Интеллекта»,
2025

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ
ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 09. ПСИХОЛОГИЯ ЦИФРОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

Общие сведения о дисциплине

Дисциплина «Психология цифрового поколения» изучает особенности когнитивного, эмоционального и социального развития детей поколений Z и альфа, выросших в условиях постоянной цифровой среды. Рассматриваются формирование цифровой идентичности, влияние соцсетей на самооценку и общение, особенности внимания и мотивации, а также риски цифрового стресса и перегрузки. Курс помогает педагогам понять, как современные дети воспринимают информацию и учатся, и какие стратегии взаимодействия и цифровые инструменты позволяют эффективно работать с «цифровым поколением», сохраняя психологическую безопасность и этичность.

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина является обязательной.

Связь с другими учебными дисциплинами:

- Психология девиантного поведения и аддикций
- Психосемантика ребенка
- Психологическая безопасность в школе
- Навигация будущего: профориентация и сопровождение самоопределения ребенка

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Целью освоения данной дисциплины является изучение особенностей развития и поведения детей цифрового поколения, механизмов формирования их цифровой идентичности и эмоционально-когнитивных реакций в онлайн-среде, а также освоение педагогических стратегий и инструментов, позволяющих выстраивать эффективное и психологически безопасное взаимодействие с учащимися в условиях цифровизации.

В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает элементы компетенций:

Номер компетенции	Расшифровка
ПК-1	Способность осуществлять психологическую экспертизу (оценку) комфортности и безопасности образовательной среды образовательных организаций
ПК-2	Способность осуществлять психологическое просвещение субъектов образовательного процесса

ПК-3	Способность реализовывать психологическую профилактику (профессиональную деятельность, направленную на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся в процессе обучения и воспитания в образовательных организациях)
ПК-5	Способность владеть знанием теоретических и практических компонентов прикладного исследования, умением концептуализировать проблему и вырабатывать эмпирические показатели, самостоятельно планировать исследовательский проект, знанием основных методов анализа информации, умением анализировать информацию и составлять аналитический отчет, обладанием основными навыками работы
ПК-6	Способность владеть основными методами, способами и средствами получения, хранения, переработки и представления информации
ПК-7	Способность владеть навыками формирования общественного мнения по актуальным проблемам конфликтного и мирного взаимодействия в обществе
ПК-11	Способность владеть навыками воспитательной работы и уметь их использовать в педагогической практике
ПК-12	Способность разрабатывать планы развития организаций, осуществлять конфликтологическое сопровождение деятельности организаций

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	24
в том числе:	
лекции	4
практические занятия	4
самостоятельная работа	14
Промежуточная аттестация в форме тестирования	2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Психология цифрового поколения»

№	Тема	Содержание	Код компетенции	Эфиры	СР	Всего часов
	Всего					
1	Цифровое поколение: психологический портрет	● понятие «поколение Z» и «альфа»; ● особенности когнитивного и эмоционального развития в условиях цифровизации; ● сильные и уязвимые стороны «digital natives».	ПК-2, ПК-6, ПК-11	2 ак.ч.	3 ак.ч.	5 ак.ч.
2	Цифровая социализация и идентичность	● влияние соцсетей и онлайн-культур на самооценку и идентичность; ● виртуальные роли и аватары; ● механизмы формирования цифрового «Я»	ПК-1, ПК-2, ПК-7, ПК-11	2 ак.ч.	3 ак.ч.	5 ак.ч.
3	Коммуникация и социальные отношения в сети	● особенности общения подростков в мессенджерах и соцсетях; ● феномены: онлайн-конформизм, хейтерство, FOMO (страх упущенного); ● эмпатия и агрессия в цифровом общении.	ПК-1, ПК-3, ПК-7, ПК-11	2 ак.ч.	3 ак.ч.	5 ак.ч.
4	Психологические риски цифровой среды	● Психофизиология цифрового стресса: воздействие постоянной информационной нагрузки	ПК-1, ПК-3, ПК-5, ПК-6	2 ак.ч.	3 ак.ч.	5 ак.ч.

№	Тема	Содержание	Код компетенции	Эфиры	СР	Всего часов
		- Влияние многозадачности и непрерывного переключения внимания на нервную систему - Возрастные особенности реакции на цифровые вызовы - Симптомы и телесные маркеры цифрового стресса: эмоциональное выгорание, тревожность, ухудшение концентрации				
5	Аттестация		ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-11, ПК-12	-	2 ак.ч.	2 ак.ч.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Программа реализуется в том числе с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения.

Материально-техническое обеспечение (далее – МТО) необходимо для проведения всех видов учебных занятий и аттестации, предусмотренных учебным планом по программе. Обучающийся сам обязуется обеспечить себе наличие необходимых технических устройств для получения образования: мобильное устройство и (или) ПК, устойчивое интернет-соединение, доступ к необходимым для обучения сервисам.

При реализации программы с использованием дистанционных образовательных технологий и (или) электронного обучения образовательная организация обеспечивает функционирование информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающую освоение обучающимися образовательных программ полностью или частично независимо от места нахождения обучающихся: каналы связи, компьютерное оборудование, периферийное оборудование, программное обеспечение.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Формы аттестации по учебному предмету: тестирование, оценка выполнения практических работ.

Критерии оценки:

Тест: в тесте выполнено более 86% правильных ответов – «зачтено», 85% и менее – «не зачтено».

Оценка результатов теста происходит автоматически.

Примерные тестовые задания:

ПК-1

1. Что может быть признаком небезопасной цифровой среды для подростка?

А) Высокая учебная активность в онлайн-курсах

- В) Регулярное участие в школьных чатах
- С) Онлайн-изоляция, избегание офлайн-контактов
- Д) Просмотр обучающих видео

Ответ: С.

2. Подросток стал резко отказываться от офлайн-встреч, проводит всё время в одной соцсети. Какие цифровые риски должен оценить педагог?

Примерный ответ: цифровая изоляция, зависимость, онлайн-дистресс, негативная самооценка, небезопасные коммуникации в сети.

ПК-2

3. Как лучше всего просвещать родителей о цифровой идентичности подростков?

- А) Через формальный инструктаж
- В) Через лекцию без примеров
- С) Через разбор кейсов цифрового поведения
- Д) Через рассылку правил

Ответ: С

4. Родители считают, что соцсети «просто развлечение». Что объяснить им как педагог?

Примерный ответ: соцсети формируют самооценку, идентичность, стиль общения; важно помогать детям безопасно строить цифровые роли.

ПК-3

5. Какое действие относится к профилактике цифрового стресса?

- А) Увеличение количества школьных заданий онлайн
- В) Игнорирование признаков усталости
- С) Регулярные паузы и обучение навыкам цифровой гигиены

D) Повышение требований к мультитаскингу

Ответ: С

6. У ученика ухудшилась концентрация, он постоянно переключается между окнами. Как педагог может провести профилактику цифрового стресса?

Примерный ответ: учить делать паузы, снижать многозадачность, вводить регуляцию экранного времени, обсуждать признаки усталости.

ПК-5

7. Какой метод подходит для изучения цифровых следов школьника?

- A) Социометрия
- B) Анализ поведенческих паттернов в сети
- C) Ролевая игра
- D) Проективный рисунок

Ответ: B

8. Педагог наблюдает, как учащиеся ведут себя в мессенджерах. Что можно включить в исследовательскую таблицу?

Примерный ответ: время активности, стиль сообщений, эмоциональные реакции, темы, частота переключений, возможные последствия.

ПК-6

9. Какой навык наиболее важен педагогу при работе с цифровыми данными о поведении учеников?

- A) Умение проводить устные опросы
- B) Сбор и систематизация цифровых наблюдений
- C) Работа только с бумажной документацией
- D) Игнорирование цифровых следов

Ответ: B

10. Педагогу нужно оценить цифровую вовлеченность класса. Какие данные он может собрать?

Примерный ответ: частота взаимодействий в сети, типы контента, реактивность, инициативность, временные пики активности.

ПК-7

11. Что способствует формированию ответственного цифрового поведения школьников?

- А) Запрет на соцсети
- В) Страх наказаний
- С) Педагогическое обсуждение цифровой этики и хейтерства
- Д) Игнорирование онлайн-агрессии

Ответ: С

12. В классе распространяется «хейтерская» переписка. Как педагог может формировать здоровую цифровую культуру?

Примерный ответ: обсуждение норм поведения, развитие эмпатии, анализ последствий онлайн-агрессии, создание позитивных онлайн-правил.

ПК-11

13. Что усиливает воспитательное влияние педагога на цифровое поколение?

- А) Жесткий контроль
- В) Игнорирование цифрового опыта
- С) Принятие цифровой культуры ученика и диалог
- Д) Постоянные сравнения

Ответ: С

14. Ученик раздражается, когда учитель не понимает его цифровые интересы. Что может сделать педагог?

Примерный ответ: признать ценность цифрового опыта, использовать его как ресурс, выстраивать диалог через знакомые ребенку форматы.

ПК-12

15. Как педагог может безопасно использовать ИИ в образовательной работе?

- А) Полностью поручить ИИ обучение детей
- В) Использовать ИИ без проверки
- С) Применять ИИ как инструмент, сохраняя контроль и проверяя достоверность
- Д) Запрещать детям задавать вопросы

Ответ: С

16. Педагог планирует урок с использованием ИИ. Какие факторы он должен учитывать?

Примерный ответ: безопасность данных, этичность, возраст детей, контроль за качеством генерируемого контента, прозрачность правил работы с ИИ.

Данная учебная программа может дополняться и корректироваться в связи с реалиями образовательного процесса, условиями изменения рынка труда, изменениями в образовательных стандартах и локальных нормативных актах Института Адаптивного Интеллекта.