

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Романчук Иван Сергеевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 15.02.2023 11:38:51
Уникальный программный ключ:
e68634da050325a9234284dd96b4f0f8b288e139

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет»
Тобольский педагогический институт им. Д.И.Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета



УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора филиала
Шитиков П.М. Шитиков П.М.
«20» 12 2022 Год

ОГСЭ.ДВ.01.01 Тренинг по социальной адаптации
рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки
специалистов среднего звена
44.02.05Коррекционная педагогика в начальном образовании
Форма обучения – очная

Гомзикова Оксана Сергеевна. Тренинг по социальной адаптации. Рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании. Форма обучения – очная. Тобольск, 2022

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее ФГОС СПО) по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 марта 2018 года, № 183.

Рабочая программа дисциплины опубликована на сайте ТюмГУ: Тренинг по социальной адаптации. [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://www.utmn.ru/sveden/education/#>

© Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал) Тюменского государственного университета, 2022

© Гомзикова Оксана Сергеевна., 2022

Содержание

| | |
|--|----|
| 1. Паспорт рабочей программы дисциплины | 4 |
| 2. Структура и содержание дисциплины | 6 |
| 3. Условия реализации дисциплины | 9 |
| 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины | 10 |

1. Паспорт рабочей программы дисциплины

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины – является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.05 Коррекционная педагогика в начальном образовании.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина «Тренинг по социальной адаптации» входит в дисциплины по выбору общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

| Код ПК, ОК | Умения | Знания |
|---|--|--|
| ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 09 | <ul style="list-style-type: none">– распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;– анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;– определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;– составить план действия; определить необходимые ресурсы;– владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;– реализовать составленный план;– оценивать результат и последствия своих действий;– определять задачи для поиска информации;– определять необходимые источники информации;– планировать процесс поиска;– структурировать получаемую информацию;– выделять наиболее значимое в перечне информации;– оценивать практическую значимость результатов поиска;– оформлять результаты поиска;– определять актуальность нормативно-правовой документации | <ul style="list-style-type: none">– актуальные профессионального и социального контексты, в которых приходится работать и жить;– основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;– алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;– методы работы в профессиональной и смежных сферах;– структуры плана для решения задач;– порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности;– номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;– приемы структурирования информации;– форматы оформления результатов поиска информации;– содержания актуальной нормативно-правовой документации;– современные научные и профессиональные терминологии;– возможные траектории профессионального развития и |

| | | |
|--|---|------------------|
| | профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; – организовывать работу коллектива и команды; – взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; – применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; – использовать современное программное обеспечение; – психологических основ деятельности коллектива; – психологических особенностей личности; – основ проектной деятельности; – современных средств и устройств информатизации; – порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности. | самообразования. |
|--|---|------------------|

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами

ОК09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

1.4. Количество часов на освоение дисциплины:

Семестр(ы) 1;

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 32 академических часа, в том числе: обязательной аудиторной нагрузки обучающегося 32 академических часа; самостоятельной работы обучающегося 0 академических часов.

2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем ак. часов |
|---|------------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 32 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 32 |
| в том числе: | |
| практические занятия | 32 |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 0 |
| Форма промежуточной аттестации по дисциплине – 1 семестрзачет | |

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены) | Объем ак.часов | Уровень освоения |
|--|---|----------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Тема 1.1 Общение в жизни человека. Сплочение группы и построение эффективного командного взаимодействия | <p>Практические занятия</p> <p>Устройство «группового мира» в качестве лаборатории по выращиванию адаптивности.</p> <p>Создание благоприятных условий для более близкого знакомства и установления эмоциональных контактов.</p> <p>Игры на сплочение коллектива с проведением социометрии.</p> <p>Приемы активного взаимодействия каждого участника коллектива.</p> <p>Выполнение упражнений 1. Разминка 2. «Созвездие».</p> <p>Самоисследование «Каждый в своем уголке».</p> <p>Микроисследование «Живая анкета».</p> | 4 | 2 |
| Тема 1.2 Атмосфера непосредственного общения и доверия участников как адаптационная среда. | <p>Практические занятия</p> <p>Упражнения на установление эмоционально-положительного контакта.</p> <p>Игры на знакомство: 1. «Сигнал» 2. «Это мое имя» 3. «Без оценочное общение» 4. «Времена года». 5. «Диалог». 6. «Автопортрет» 7. «Откровенно говоря», 8. «Аплодисменты по кругу».</p> <p>Выявление особенностей межличностного общения, демонстрация определенных стилей общения, приобретение опыта эффективного взаимодействия при решении групповой задачи.</p> <p>Упражнения на развитие уважать других; формирование способностей к выражению своих чувств; формирование адекватной самооценки; развитие навыков вести беседу, положительно влиять на других людей.</p> <p>Методика определения самооценки личности с подробным изучением личностных особенностей.</p> | 6 | 2 |
| Тема 2.1 Мир наших эмоций и чувств. Развитие навыков контроля эмоциональной ситуации | <p>Практические занятия</p> <p>Изучение эмоциональных состояний; выявление соотношения положительных и отрицательных эмоций и их влияния на человека, его поведение.</p> <p>Осознание необходимости овладения эмоциональной культурой.</p> <p>Упражнения на расслабление и на взаимодействие с отрицательными эмоциями.</p> <p>Игры и упражнения на выяснение роли эмоций в межличностном общении; развитие самосознание подростков; расширение знания участников о методах самостоятельной</p> | 6 | 2 |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | регуляции собственного эмоционального состояния. | | |
| Тема 2.2 Самораскрытие. Принятие себя | Практические занятия | 6 | 2 |
| | Осмысление самораскрытия как способа гармонизации внешнего и внутреннего Я и построения значимых отношений с окружающими, формирование позитивной Я-концепции. Упражнения: «Конверт откровений», «Интервью», «Сильные стороны». Самодиагностика уровня самоуважения (по Розенбергу). Развитие позитивного самовосприятия с последующей рефлексией. Упражнения: 1. «Контраргументы». 2. «Представьте себя ребенком», 3. «Иностранное имя», 4 «Мне нравится, когда меня зовут...», 5 «Принятие своего имени». Экспресс-диагностика эмоционального состояния. Упражнения на развитие студентов как личности, раскрытие их положительных способностей, усвоение определенного жизненными и общественными потребностями объема знаний о личности, взаимопонимании. | | |
| Тема 3.1 Стратегии поведения по отношению к партнерам | Практические занятия | 6 | 2 |
| | Деформации субъективной картины мира и жизненного пути человека. Позитивная адаптация человека как баланс внутренней и внешней жизни. Негативная непродуктивная (защитная) адаптации к жизни, к себе, к другим людям и её проявления на основе механизмов отчуждения в попытках разрешить затруднения неадекватными способами (повышенная конфликтность и т.д.) Социальные страхи и мера их рациональности. Упражнение «Чего я боюсь при взаимодействии с другими людьми?» и пр. Изучение особенностей поведения в коллективе. Упражнения: «Одиночество», «Письмо другу», «Пути из одиночества», «Инвентарь отношений» и пр. | | |
| Тема 4.1 Психологическая концепция стресса | Практические занятия | 4 | 2 |
| | Фазы развития стресса. Профилактика стресса по уровням. Типы динамики вегетативных функций при стрессе. Представление о физиологических механизмах развития стресса. Механизмы и способы поведения в стрессовых ситуациях. Методы профилактики стрессовых состояний. Изучение основных аспектов понятия «стресс». Оптимальный уровень стресса. Диагностика уровня стресса. Введение в проблему адаптации. | | |

| | | | |
|--|---|-------|----|
| | Концепция стресса Ганс Селье. Тест на выявление стрессоустойчивости «Стресс». Упражнения по профилактике стрессовых состояний. | | |
| | | Всего | 32 |

Примечание - для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. - Ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. - Репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. - Продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. Условия реализации дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению:

Кабинет психологии и специальной психологии

Основное оборудование:

Столы – 8 шт.

Стулья – 16 шт.

Рабочее место преподавателя - 1,

Доска аудиторная -1 шт.

Технические средства обучения:

Персональный компьютер - 1 шт.

Проектор – 1 шт.

Колонки – 2 шт.

Экран – 1шт.

На ПК установлено следующее программное обеспечение: Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web. Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет, ЭБС, электронно-образовательной среде, к современным профессиональным базам данных и информационно-справочным системам.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий: основной и дополнительной литературы, интернет-ресурсов.

Основная литература:

1. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг / Г. И. Марасанов. — 5-е изд. — Москва: Когито-Центр, 2019. — 251 с. — ISBN 5-89353-042-X. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/88390.html> (дата обращения: 03.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

Дополнительная литература:

2. Обухова Ю.В. Практическая психология личности: тренинговые технологии в работе педагога-психолога / Обухова Ю.В. — Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2020. — 124 с. — ISBN 978-5-9275-3654-2. — Текст: электронный // IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/115526.html> (дата обращения: 02.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей.
3. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге / Е. В. Емельянова. — Москва: Генезис, 2020. — 376 с. — ISBN 978-5-98563-337-5. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/89326.html> (дата обращения: 01.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

Интернет-ресурсы:

1. Знаниум - <https://new.znanium.com/>
2. Лань - <https://e.lanbook.com/>
3. Юрайт - <https://urait.ru/>
4. IPR SMART - <http://www.iprbookshop.ru/>
5. Elibrary - <https://www.elibrary.ru/>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
7. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
8. "ИВИС" (БД периодических изданий) - <https://dlib.eastview.com/browse>

9. Электронная библиотека Тюмгу - <https://library.utmn.ru/>

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: Платформа для электронного обучения MicrosoftTeams.

4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|--|--|
| <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – актуальные профессионального и социального контексты, в которых приходится работать и жить; – основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; – алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; – методы работы в профессиональной и смежных сферах; – структуры плана для решения задач; – порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности; – номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; – приемы структурирования информации; – форматы оформления результатов поиска информации; – содержания актуальной нормативно-правовой документации; – современные научные и профессиональные терминологии; – возможные траектории профессионального развития и самообразования. | <p>Практические задания, Форма промежуточной аттестации по дисциплине – 1 семестрзачет</p> |
| <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; – анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; – определять этапы решения задачи; выявлять и | |

| | |
|---|--|
| <p>эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</p> <ul style="list-style-type: none">– составить план действия; определить необходимые ресурсы;– владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;– реализовать составленный план;– оценивать результат и последствия своих действий;– определять задачи для поиска информации;– определять необходимые источники информации;– планировать процесс поиска;– структурировать получаемую информацию;– выделять наиболее значимое в перечне информации;– оценивать практическую значимость результатов поиска;– оформлять результаты поиска;– определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;– применять современную научную профессиональную терминологию;– определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;– организовывать работу коллектива и команды;– взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности;– применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;– использовать современное программное обеспечение;– психологических основ деятельности коллектива;– психологических особенностей личности;– основ проектной деятельности;– современных средств и устройств информатизации;– порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности. | |
|---|--|