

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Романчук Иван Сергеевич  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 15.02.2023 11:44:29  
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  
*[Signature]* Шитиков П.М.  
«23» 02 2023 год

**ОГСЭ.ДВ.02 Тренинг по социальной адаптации**  
Рабочая программа дисциплины для обучающихся  
по программе подготовки специалистов среднего звена  
09.02.07 Информационные системы и программирование  
форма обучения очная

Гомзикова Оксана Сергеевна. Тренинг по социальной адаптации. Рабочая программа дисциплины для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 09.02.07 Информационные системы и программирование. Форма обучения – очная. Тобольск, 2022.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 декабря 2016 года, № 1547.

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

## Содержание

<b>1. Паспорт рабочей программы дисциплины.....</b>	<b>4</b>
<b>2. Структура и содержание дисциплины.....</b>	<b>5</b>
<b>3.Условия реализации программы.....</b>	<b>9</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины.....</b>	<b>10</b>

## 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 09.02.07 Информационные системы и программирование.

### 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 компетенции	Знания	Умения
ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04	<ul style="list-style-type: none"><li>- необходимые для понимания себя и других теоретические представления о личности человека.</li><li>- собственные личностные особенности.</li><li>- пути позитивного развития собственной личности.</li><li>- понятие социума, окружающей социальной реальности.</li><li>- коммуникативные навыки, укрепляющие и гармонизирующие социальные связи</li><li>- способы гармоничного взаимодействия с окружающей социальной реальностью.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- ориентироваться в процессе развития собственной личности.</li><li>- позитивно взаимодействовать с окружающим социумом.</li></ul>

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

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

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

### 1.4. Количество часов на освоение дисциплины:

Семестр(ы) 1;

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 30 академических часов, в том числе: обязательной аудиторной нагрузки обучающегося 28 академических часов; самостоятельной работы обучающегося 2 академических часа.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в ак. часах</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	30
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	28
в том числе:	
теоретическое обучение	0
практические занятия	28
Самостоятельная работа	2
<b>Промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета в 1 семестре</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в ак. часах	Уровень освоения
1	2	3	
Раздел 1. Адаптация обучающихся к новым учебным условиям			
Тема 1.1. Взаимодействие с окружающими людьми	<b>Практические занятия</b>	2	2
	Регуляция социального поведения и социальная установка. Личность и группа. Тренинг по адаптации обучающихся «Знакомство» Виды взаимодействия людей друг с другом. Самодиагностика: «Моя агрессивность». Конфликт и способы его разрешения. Разрешение профессиональных и межличностных конфликтов в процессе организации совместной деятельности.		
Тема 1.2. Общение как социально-психологическое явление	<b>Практические занятия</b>	2	2
	Общение как обмен информацией. Виды и функции общения. Рассмотрение роли общения в восприятии людьми друг друга. Беседа как вид профессионального общения. Тренинг развитие уровня профессионального общения. Функция и закономерности общения как формы социального взаимодействия Психологические основы сплочения коллектива. Инвалиды и лица с ОВЗ -члены коллектива. Тренинговые игры на вербальное и невербальное общение.		
Тема 1.3 Тренинг «Мы вместе»	<b>Практические занятия</b>	2	2
	Практическое тренинговое занятие, направленное на сплочение коллектива, командообразование.		
Тема 1.4 Взаимодействие в социальной среде	<b>Практические занятия</b>	2	2
	Оформление коллажа «Моё здоровье и моё будущее», «Профилактика вредных привычек». Работа в группах. «Определи свои размеры одежды и обуви», «Составь гардероб молодого человека»		

Тема 1.5 Личность и ее особенности	Сюжетно-ролевая игра «Мы ждём гостей» (выбор меню, определение продуктов и их количество, смета расходов).	4	2
	<b>Практические занятия</b>		
	Темперамент и характер личности. Направленность личности. Способности. Самооценка. Диагностика личности (проективные методики): «Моя самооценка», «Кактус», «ART-тест», «Дом-дерево-человек»		
<b>Раздел 2. Стрессоустойчивость</b>			
Тема 2.1. Психологическая концепция стресса.	<b>Практические занятия</b>	4	2
	Что такое стресс? Оптимальный уровень стресса Введение в проблему адаптации. Концепция стресса Ганс Селье. Тест на выявление стрессоустойчивости «Стресс» Условия конструктивного разрешения конфликтов.		
Тема 2.2. Эмоционально поведенческий субсиндром стресса.	<b>Практические занятия</b>	4	2
	Фазы развития стресса. Типы динамики вегетативных функций при стрессе. Представление о физиологических механизмах развития стресса. Решение ситуационных задач:		
Тема 2.2 Структура и динамика развития конфликта	<b>Практические занятия</b>	4	2
	Разработка и анализ конфликтных ситуаций и выделение структурных компонентов конфликта. Анализ сказок, художественных произведениях (литература, кинофильмы), в которых рассматриваются примеры различных стратегий поведения в конфликтах. Сформулировать преимущества и негативные последствия конфликтов в профессиональной деятельности. Разработка сценария конструктивного и деструктивного конфликта в различных социальных сферах.		
Тема 2.3 Внутриличностные конфликты	<b>Практические занятия</b>	4	2
	Самоанализ уровня конфликтности. Самодиагностика: тест: «Твоя конфликтность»; «Стратегии поведения в конфликтах К. Томаса. Анализ своего поведения на основании результатов диагностики.		
<b>Тематика самостоятельной работы:</b>		2	3
1. Составьте кроссворд по ранее изученным темам. Подготовьте видеоматериалы из фильмов или мультфильмов,			

отражающих суть межличностных конфликтов. 2. Вспомните примеры из жизни своей семьи, в которых отражены конфликты. Какие наиболее эффективные способы их разрешения были применены вами или вашими близкими. Перечислите в виде таблицы наиболее частые причины возникновения конфликтов в семье.		
Итого	<b>30</b>	

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 программы**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы предполагает наличие кабинета социально-экономических дисциплин

Основное оборудование:

- Столы – 13 шт. Стулья – 26 шт.
- Рабочее место преподавателя - 1,
- Доска аудиторная -1 шт.

Технические средства обучения:

- Персональный компьютер - 1 шт.
- Проектор – 1 шт.
- Экран – 1 шт.
- Звуковой усилитель – 1 шт.
- Колонки – 2 шт.

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.

Актовый зал оснащен следующим оборудованием:

- Сцена – 1 шт.,
- Мягкие кресла – 450 шт.
- Технические средства:
  - микрофон – 4шт.,
  - микрофонная стойка – 2шт., акустическая система – 1шт.,
  - система обработки звука – 1шт,
  - система освещения – 1шт.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Борисова, Е. Н. Введение в межкультурную коммуникацию : учебно-методическое пособие / Е. Н. Борисова. — Москва : Согласие, 2020. — 96 с. — ISBN 978-5-906709-28-8. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/43933.html>

Дополнительная литература.

1. Акимова, А.Р. Психология тренинга: исследование субъективных и объективных компонентов эффективности : монография / А. Р. Акимова. - 3-е изд., стер. - Москва : ФЛИНТА, 2019. - 119 с. - ISBN 978-5-9765-2061-5. - Текст : электронный. - URL: <https://new.znaniium.com/read?pid=1066021>

2. Бабаева, А. В. Деловое общение и деловой этикет / А. В. Бабаева, Р. И. Мамина ; под редакцией Р. И. Маминой. — 2-е изд. — Санкт-Петербург : Петрополис, 2019. — 192 с. — ISBN 978-5-9676-0555-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/84671.html>

**Интернет-ресурсы:**

1. Знаниум - <https://new.znaniium.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 Microsoft Teams.

#### 4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

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

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Формы и методы оценки</i>
<p>ориентироваться в процессе развития собственной личности. позитивно взаимодействовать с окружающим социумом. необходимые для понимания себя и других теоретические представления о личности человека. собственные личностные особенности.</p> <p>пути позитивного развития собственной личности. понятие социума, окружающей социальной реальности. коммуникативные навыки, укрепляющие и гармонизирующие социальные связи</p> <p>способы гармоничного взаимодействия с окружающей социальной реальностью</p>	<p>«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.</p> <p>«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.</p> <p>«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.</p> <p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	<p>Примеры форм и методов контроля и оценки</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Компьютерное тестирование на знание терминологии по теме;</li> <li>• Самостоятельная работа.</li> <li>• Решение ситуационной задачи</li> </ul> <p>Промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета</p>

