

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сочинский государственный университет»

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета педагогического
образования Ю. Э. Макаревская
4 марта 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по Од
А.В. Иваненко
4 марта 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Адаптационный тренинг

Шифр и направление подготовки 37.03.02 Конфликтология

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Профиль подготовки: Конфликтология и медиация

Форма обучения: очно-заочная

Выпускающая кафедра Психологии и дефектологии

Кафедра-разработчик рабочей программы Психологии и дефектологии

Год набора 2024

Семестр	Трудоем- кость (час./зет.)	Лекцион. занятий, (час.)	Практич. занятий, (час.)	СРС, (час.)	КР/КП	Форма промежуточно- го контроля (экз./зачет)
1	108 / 3	-	54	27	-	Экзамен (27)
Итого	108 / 3	-	54	27	-	Экзамен (27)

Лист согласования рабочей программы дисциплины

Рабочую программу составил(и):



Воронин С.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

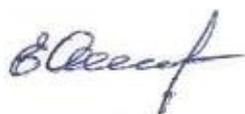
Заведующий
кафедрой



Дубовицкая Татьяна
Дмитриевна

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
соответствует библиотечному фонду СГУ:

Директор НОБ



Онищенко Е.В.

Структура рабочей программы соответствует предъявляемым требованиям
Отдел качества образования и
методического обеспечения



Амирханова И.К.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ РПД

Рабочая программа переутверждена на 2025 - 2026 учебный год, протокол №__ заседания кафедры от «__» _____ 2025 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой _____

подпись

ФИО

(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)

Рабочая программа переутверждена на 2026 - 2027 учебный год, протокол №__ заседания кафедры от «__» _____ 2026 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой _____

подпись

ФИО

(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)

Рабочая программа переутверждена на 2027 - 2028 учебный год, протокол №__ заседания кафедры от «__» _____ 2027 г. В программу внесены дополнения и(или) изменения.

Заведующий кафедрой _____

подпись

ФИО

(Указывается в какой раздел программы внесены изменения, основания изменений, а также новая формулировка)

1 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины Адаптационный тренинг является создание условий для адаптации студентов к условиям обучения в вузе, способствующих их личностному росту и профилактики социальной дезадаптации, знакомство студентов с психолого-педагогическими основами адаптации личности к различным социальным условиям.

Задачи дисциплины:

- в процессе адаптационного тренинга осуществить психолого-педагогический педагогический мониторинг личностного развития студентов вуза;
- выявить свойства личности, содействующие социально-психологической адаптации студентов к условиям обучения в вузе;
- создать психолого-педагогические условия повышения эффективности процесса адаптации студентов к обучению в вузе;
- сформировать навыки практического психолога разработки и реализации тренинговых программ.

2 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП НАПРАВЛЕНИЯ (СПЕЦИАЛЬНОСТИ)

Дисциплина относится к обязательной части учебного плана.

Код и наименование компетенции	Дисциплины, участвующие в формировании компетенции
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	Психология, Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально-ориентированными НКО, Адаптационный тренинг, Общественный проект Обучение служением, Карьерное консультирование, Тренинг профессиональной наблюдательности, Тренинг толерантности, Методы активного социально-психологического обучения, Методы активного социально-психологического обучения детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, Учебно-ознакомительная практика, Преддипломная практика

3 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Компетенции и индикаторы их достижения		В результате изучения дисциплины, обучающиеся должны:
Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	
УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3.1 Демонстрирует знание индивидуально-психологических свойств субъекта социального взаимодействия; особенностей, правил и приемов социального взаимодействия в команде; особенностей поведения групп людей, с которыми осуществляет взаимодействие, учитывает их в своей деятельности; психологии социально-ролевого и командного взаимодействия;	Знать теоретические основы индивидуально-психологических свойств субъекта социального взаимодействия в контексте тренинга Уметь адаптироваться в тренинге к правилам и приемам социального взаимодействия в команде Владеть теоретическими конструктами основных теорий лидерства, стилей лидерства и возможностей их применения в различных ситуациях тренинговой работы

	<p>основных теорий лидерства; стилей лидерства и возможностей их применения в различных ситуациях</p>	
	<p>УК-3.2 Организует собственное социальное взаимодействие в команде; определяет свою роль в команде; принимает рациональные решения и обосновывать их; планирует последовательность шагов для достижения заданного результата. Учитывает в совместной деятельности особенности поведения и общения разных людей, готов проявлять толерантность и ассертивность в межличностном взаимодействии</p>	<p>Знать основы организации собственного социального взаимодействия в тренинговой команде Уметь теоретически обосновать принимаемые рациональные решения во взаимодействии с членами тренинговой команды Владеть навыками учета в совместной деятельности особенностей поведения и общения разных людей вовлеченных в тренинговую работу</p>
	<p>УК-3.3 Осуществляет межличностное взаимодействие, планирование собственных действий и координацию общих действий для достижения общих поставленных целей; применяет технологии создания и управления командой</p>	<p>Знать технологии создания и управления командой в адапционном тренинге Уметь осуществлять координацию общих действий для достижения поставленных целей в командной тренинговой работе Владеть навыками планирования собственных действий в контексте межличностного взаимодействия в тренинге по достижению общих поставленных целей</p>

4 СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часов.

№ раздела	Наименование темы дисциплины	Всего часов	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы			
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	СРС
1	Тема 1. Вводное занятие. Встреча с куратором, деканом, сотрудниками деканата. Выборы актива группы	3	-	2		1
2	Тема 2. Концепции адаптации в психологии личности	6	-	4		2
3	Тема 3. Адаптация к различным видам деятельности	6	-	4		2
4	Тема 4. Технологии повышения адаптированности личности	6	-	4		2
5	Тема 5. Студенческое самоуправление. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования	6	-	4		2
6	Тема 6. Профилактика негативных явлений в студенческой среде: молодежного экстремизма, терроризма, коррупции, посредничества	6	-	4		2
7	Тема 7. Правильная организация самостоятельной работы	6	-	4		2
8	Тема 8. Научно-исследовательская работа студента	6	-	4		2
9	Тема 9. Работа в электронной информационной среде вуза. Работа с электронными библиотечными системами	6	-	4		2
10	Тема 10. Здоровый образ жизни.	6	-	4		2
11	Тема 11. Работа студенческих объединений как основа адаптации обучающихся. Волонтерское движение. Гражданско-патриотическое воспитание. Культурно-массовая деятельность	6	-	4		2
12	Тема 12. Практика студенческого поискового движения. Студенческие пожарно-спасательные отряды. Студенческие строительные отряды	6	-	4		2
13	Тема 13. Локальные нормативные акты СГУ	6	-	4		2
14	Тема 14. Профилактика коронавирусной инфекции	6	-	4		2
	Экзамен	27	-			
	ИТОГО:	108	-	54		27

4.1.1 Лекционные занятия

не предусмотрены учебным планом

4.1.2 Практические занятия

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Краткое содержание
1	Тема 1. Вводное занятие. Встреча с куратором, деканом, сотрудниками деканата. Выборы актива группы	Групповая дискуссия: Знакомство студентов друг с другом, а также с куратором группы, руководством университета. Представление студентам декана, сотрудников деканата. Выбор среди студентов группы старосты, актива группы. Информирование о вузе. Устный опрос: 1. Кто из студентов хочет стать старостой? Кто хочет войти в актив группы? 2. Как зовут куратора группы? Кто занимает должность декана и сотрудников деканата?
2	Тема 2. Концепции адаптации в психологии личности	Групповая дискуссия: Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации. Мотивационные механизмы адаптации. Эволюционно-когнитивные схемы адаптации. Адаптация и интеллект. Когнитивная организация. Воззрения бихевиористов на адаптацию. Теория социального научения. Роль личности в адаптационном процессе. Проблема социальной адаптации личности. Структура личности (в контексте феномена адаптации). Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач. Мотивация учебной деятельности. Мотивация профессионального развития. Устный опрос: 1. Какова структура личности? 2. Что такое адаптация? Какие существуют мотивационные механизмы адаптации?
3	Тема 3. Адаптация к различным видам деятельности	Групповая дискуссия: Адаптация к различным видам деятельности. Адаптация к обучению в учебном заведении. Специфика учебной деятельности младших школьников, подростков, учащихся юношеского возраста, студентов вуза. Психологическая структура адаптации к обучению в учебном заведении. Общая схема адаптации младших школьников. Общая схема адаптации подростков. Общая схема адаптации старшеклассников. Общая схема адаптации студентов вуза. Модели адаптации обучения в учебных заведениях. Стресс в педагогической деятельности. Адаптация и стрессоустойчивость педагога. Особенности деятельности педагога и его стрессогенность. Личностно-субъективные характеристики педагога и его стрессоустойчивость. Профессиональная Я-концепция педагога. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога Устный опрос: 1. Как происходит адаптация к обучению в учебном заведении у младших школьников, подростков, учащихся юношеского возраста, студентов вуза? 2. Как может проявляться стресс в педагогической деятельности?
4	Тема 4. Технологии повышения адаптированности личности	Групповая дискуссия: Основные принципы и правила социально-психологического тренинга. Процедура и программа тренинга. Индивидуальные задания по разработке программы адаптационного тренинга для разных категорий лиц (аннотация программы, SWOT-анализ, постановка цели, задач, планирование этапов, обоснование выбора психотехник и оценки "возврата вложений"). Защита индивидуальных тренинговых программ. Устный опрос: 1. Что подразумевается под термином адаптированности личности? 2. Какие основы разработки программы адаптационного тренинга для разных категорий лиц? Разработайте и защитите индивидуальную тренинговую программу.
5	Тема 5. Студенческое самоуправление. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования	Групповая дискуссия: Сущность, цели и задачи студенческого самоуправления. Функции органов студенческого самоуправления. Формы организации студенческого самоуправления. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования со стороны вуза. Устный опрос: 1. Перечислите цели и задачи студенческого самоуправления. Какие функции выполняют органы студенческого самоуправления? 2. Какие существуют основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования?
6	Тема 6. Профилактика негативных явлений в студенческой среде: молодежного экстремизма, терроризма, коррупции,	Групповая дискуссия: Противодействие экстремизму через вуз. Формирование норм социального поведения, характерного для гражданского общества. Проведение комплексных мероприятий по формированию правовой культуры в молодежной среде. Снижение социальной напряженности в коллективе. Устный опрос:

	посредничества	<p>1. Как можно распознать проявления экстремизма, терроризма, коррупции, посредничества?</p> <p>2. Что используется в качестве профилактики негативных явлений экстремизма, терроризма, коррупции, посредничества?</p>
7	Тема 7. Правильная организация самостоятельной работы	<p>Групповая дискуссия: Понятие самостоятельной работы. Знакомство студентов с правилами организации самостоятельной работы. Обучение четкой постановке целей и задач самостоятельной работы. Определение алгоритма и метода выполнения работы, знание студентом способов её выполнения.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Что понимается под самостоятельной работой студента?</p> <p>2. Какие выделяют правила организации самостоятельной работы? Выделите основные алгоритмы и методы выполнения самостоятельной работы.</p>
8	Тема 8. Научно-исследовательская работа студента	<p>Групповая дискуссия: Изучение основных понятий научно-исследовательской работы. Роль исследовательской работы в практической деятельности студента. Формирование представлений о методах и логике научного познания, поиска, накопления, обработки научной информации и оформления результатов исследования.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Что такое научно-исследовательская работа?</p> <p>2. Какие основные методы научного познания, поиска, накопления, обработки научной информации и оформления результатов исследования?</p>
9	Тема 9. Работа в электронной информационной среде вуза. Работа с электронными библиотечными системами	<p>Групповая дискуссия: Работа с электронной библиотекой. Ознакомление студентов с электронной информационной средой вуза. Взаимодействие с электронными библиотечными системами. Выполнение операций по поиску информации и ознакомлению с материалами.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Как пользоваться электронными библиотечными системами?</p> <p>2. Какую информацию можно найти в электронной информационной среде вуза?</p>
10	Тема 10. Здоровый образ жизни.	<p>Групповая дискуссия: Понятие здорового образа жизни. Преимущества ведения здорового образа жизни. Профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных, напитков, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов. Положительное влияние занятий спортом на качество жизни.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Что такое здоровый образ жизни? Перечислите преимущества ведения здорового образа жизни.</p> <p>2. Чем вредно курение, употребление алкогольных, слабоалкогольных, напитков, наркотических средств и психотропных веществ?</p>
11	Тема 11. Работа студенческих объединений как основа адаптации обучающихся. Волонтерское движение. Гражданско-патриотическое воспитание. Культурно-массовая деятельность	<p>Групповая дискуссия: Понятие гражданина, патриота. Основные черты, присущие патриотам. Гражданско-патриотическое воспитание студентов. Студенческие объединения как основа адаптации обучающихся к коллективу. Виды культурно-массовой деятельности в вузе. Формы участия в культурных мероприятиях. Привлечение студентов к различным активностям.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Кто такой гражданин и патриот?</p> <p>2. Зачем важно проводить гражданско-патриотическое воспитание студентов?</p>
12	Тема 12. Практика студенческого поискового движения. Студенческие пожарно-спасательные отряды. Студенческие строительные отряды	<p>Групповая дискуссия: Знакомство учащихся с работой студенческого поискового движения и пожарно-спасательных отрядов. Практика в студенческом поисковом движении. Ознакомление с работой студенческих строительных отрядов.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Какие функции выполняют учащиеся из студенческого поискового движения, пожарно-спасательных и строительных отрядов?</p> <p>2. Как можно вступить в данные отряды?</p>
13	Тема 13. Локальные нормативные акты СГУ	<p>Групповая дискуссия: Информирование учащихся о нормативных актах вуза. Знакомство с основными правами и обязанностями студентов. Способы защиты при нарушении прав. Последствия от не исполнения обязанностей.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. Какие основные нормативные акты в СГУ?</p> <p>2. Что относится к правам и обязанностям студентов?</p>
14	Тема 14. Профилактика коронавирусной инфекции	<p>Групповая дискуссия: Информирование о коронавирусной инфекции. Способы профилактики от заболевания. Возможные последствия и осложнения.</p> <p>Устный опрос:</p> <p>1. В чем отличие коронавирусной инфекции?</p>

		2. Какие последствия возможны из-за коронавирусной инфекции? Итоговое тестирование
--	--	---

4.1.4 Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование темы дисциплины	Вид СРС
1	Тема 1. Вводное занятие. Встреча с куратором, деканом, сотрудниками деканата. Выборы актива группы	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
2	Тема 2. Концепции адаптации в психологии личности	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
3	Тема 3. Адаптация к различным видам деятельности	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
4	Тема 4. Технологии повышения адаптированности личности	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
5	Тема 5. Студенческое самоуправление. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
6	Тема 6. Профилактика негативных явлений в студенческой среде: молодежного экстремизма, терроризма, коррупции, посредничества	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
7	Тема 7. Правильная организация самостоятельной работы	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
8	Тема 8. Научно-исследовательская работа студента	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
9	Тема 9. Работа в электронной информационной среде вуза. Работа с электронными библиотечными системами	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
10	Тема 10. Здоровый образ жизни.	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
11	Тема 11. Работа студенческих объединений как основа адаптации обучающихся. Волонтерское движение. Гражданско-патриотическое воспитание. Культурно-массовая деятельность	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
12	Тема 12. Практика студенческого поискового движения. Студенческие пожарно-спасательные отряды. Студенческие строительные отряды	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
13	Тема 13. Локальные нормативные акты СГУ	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию
14	Тема 14. Профилактика коронавирусной инфекции	Работа с источниками. Проработка теоретического материала учебной дисциплины по теме лекции; Подготовка к практическому занятию (устный опрос, доклад). Подготовка к итоговому тестированию

4.2 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

4.2.1 Литература

1. Психология адаптации и социальная среда. Современные подходы, проблемы, перспективы / Л.Г. Дикая [и др.]. — Москва : ПЕР СЭ, 2007. — 624 с. — ISBN 978-5-9270-0110-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/7431.html> (дата обращения: 23.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
2. Мазилкина Е.И. Адаптация в коллективе : учебное пособие / Мазилкина Е.И., Паничкина Г.Г.. — Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2012. — 176 с. — ISBN 978-5-904000-80-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/770.html> (дата обращения: 23.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Мрочко, О. Г. Психолого-педагогический тренинг как способ стимулирования физического развития студентов : методические рекомендации / О. Г. Мрочко. — Москва : Московская государственная академия водного транспорта, 2015. — 44 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/46515.html> (дата обращения: 23.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Мальханова И.А. Коммуникативный тренинг : учебное пособие / Мальханова И.А.. — Москва : Академический Проект, 2006. — 160 с. — ISBN 5-8291-0754-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/36382.html> (дата обращения: 23.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Анурин В.Ф. Интеллектуальный тренинг : учебное пособие / Анурин В.Ф.. — Москва : Академический Проект, 2005. — 329 с. — ISBN 5-8291-0593-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/36329.html> (дата обращения: 23.01.2024). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4.2.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Электронная библиотека Сочинского государственного университета [Электронный ресурс] : база данных. — Электрон. дан. — Сочи, [2017-]. — Режим доступа: <http://lib.sutr.ru/>, свободный. — Загл. с экрана.

Электронно-библиотечные и справочно-правовые системы:

- IPRbooks [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система / ЭБС IPRbooks ; ООО «Ай Пи Эр Медиа», электронное периодическое издание «www.iprbookshop.ru». — Электрон. дан. — Саратов, [2010-]. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>, по паролю. — Загл. с экрана.
- КонсультантПлюс [Электронный ресурс] : справочно-правовая система / Компания «КонсультантПлюс». — Москва, [1997-]. — Режим доступа: локальная сеть СГУ, по паролю. — Загл. с экрана.
- КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека открытого доступа / ООО «Итеос». — Электрон. дан. — Москва, [2014-]. — Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>, свободный. — Загл. с экрана.
- eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека / Компания «Научная электронная библиотека» (eLIBRARY.RU). — Электрон. дан. — Москва, [2000-]. — Режим доступа: <https://elibrary.ru/>, требуется регистрация. — Загл. с экрана.

4.3 Формы и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине

Для оценки сформированности компетенций разрабатываются оценочные средства по дисциплине. Форма и содержание текущей и промежуточной аттестации по дисциплине раскрывается в фонде оценочных средств, который является отдельным документом.

Оценочные средства по дисциплине содержат:

- материалы для текущего контроля оценки знаний по дисциплине (в т.ч. тестирование);
- материалы для промежуточного контроля оценки знаний по дисциплине.
- критерии оценивания;
- шкалы оценивания.

Критерии оценивания результатов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации:

Нормы оценки знаний предполагают учёт индивидуальных особенностей обучающихся, дифференцированный подход к обучению, проверке знаний, умений, уровня формирования компетенций.

В устных и письменных ответах обучающихся при выполнении практических заданий и расчетов учитываются: глубина знаний, владение необходимыми умениями (в объеме программы), логичность изложения материала, включая обобщения, выводы, соблюдение норм литературной речи, владение навыками и приемами выполнения практических заданий, подтверждение сделанных при решении практических заданий выводов соответствующими нормативными документами, правильность расчета показателей, полнота и правильность раскрытых процедур и действий в предложенном практическом задании.

Шкала оценивания ответов обучающегося при проведении промежуточной аттестации по дисциплине (экзамен)

Оценка «отлично» - Материал усвоен полностью, студент правильно отвечает на все вопросы, ответы на открытые вопросы аргументированы. Обучающийся показывает владение всеми индикаторами достижения компетенций дисциплины. Оценка «хорошо» - Студент усвоил материал, правильно отвечает на большинство вопросов, приводит аргументы, отвечая на открытые вопросы. Обучающийся показывает владение большинством индикаторов достижения компетенций дисциплины.

Оценка «удовлетворительно» Студент недостаточно усвоил материал, правильно отвечает на половину вопросов, отвечая на открытые вопросы, не приводит аргументы. Обучающийся показывает владение минимально достаточным количеством индикаторов достижения компетенций дисциплины.

Оценка «неудовлетворительно» - обучающийся не отвечает на вопросы или допускает грубые, существенные ошибки при ответах, не демонстрирует владения индикаторами достижения компетенций по дисциплине.

Примерные вопросы для подготовки к промежуточной аттестации:

1. Понятие адаптации. Виды адаптации
2. Феномен адаптации в психологии личности.
3. Три направления исследований в области адаптации.
4. Многомерность явления адаптации. Концептуальная схема адаптации.
5. Механизмы адаптации индивида (психическая устойчивость, биоритмы, адаптационный синдром).
6. Эволюционно-когнитивные схемы адаптации.
7. Адаптация и интеллект. Когнитивная организация.
8. Воззрения бихевиористов на адаптацию. Теория социального научения.
9. Роль личности в адаптационном процессе. Проблема социальной адаптации личности. Структура личности (в контексте феномена адаптации).
10. Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач.
11. Мотивация учебной деятельности. Мотивация профессионального развития.
12. Стресс как системная реакция человека. Различные аспекты понятия стресса.
13. Стресс и адаптация. Понятие психического состояния. Классификация психических состояний.
14. Виды стрессовых состояний.
15. Устойчивость к психическому стрессу.
16. Индивидуальные факторы стрессоустойчивости. Фрустрированность и агрессивность личности.
17. Стресс-толерантность. Устойчивость к экстремальным факторам.
18. Установки и диспозиции личности в контексте стрессоустойчивости.
19. Самооценка и стрессоустойчивость личности. Стили совладающего поведения
20. Специфика учебной деятельности студентов вуза.
21. Психологическая структура адаптации к обучению в вузе. Общая схема адаптации студентов вуза.
22. Стресс в педагогической деятельности. Особенности деятельности педагога и его стрессогенность.
23. Личностно-субъективные характеристики педагога и его стрессоустойчивость. Профессиональная Я-концепция педагога.
24. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога.
25. Саморегуляция психических состояний. Психотехники регуляции психических состояний.
26. Аутогенная тренировка. Правила занятий. Дыхательные упражнения.

27. Личностный адаптационный потенциал. Интеллектуальный потенциал. Установки личности и их коррекция.
28. Креативность. Методики развития креативности личности.
29. Основные принципы и правила разработки социально-психологического тренинга.
30. Виды тренинговой работы
31. Особенности составления тренинговой программы.
32. Использование видеосъемки в психологическом тренинге.
33. Анализ эффективности программы. Модель Хэмблина-Киркпатрика
34. Требования к ведущему психологический тренинг.
35. Основные роли и стили руководства в тренинге.
36. Этические аспекта деятельности ведущего психологический тренинг.
37. Методические средства профессионального роста ведущего

5. УСЛОВИЯ ОСВОЕНИЯ И РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Методические рекомендации обучающимся по изучению дисциплины

Методические рекомендации по подготовке студентов к практическим занятиям. Для лучшего усвоения и закрепления материала по данной дисциплине студентам необходимо научиться работать с обязательной и дополнительной литературой. Изучение дисциплины предполагает отслеживание публикаций в периодических изданиях и работу с Internet.

При подготовке к практическим занятиям студенты должны изучить рекомендованную литературу, ответить на вопросы и выполнить все задания для самостоятельной работы. Особое внимание следует уделить осмыслению новых психологических понятий. При подготовке целесообразно на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Методические рекомендации студентам по организации самостоятельной работы по изучению литературных источников.

При организации самостоятельной работы, следует обратить особое внимание на регулярность изучения литературы. В период изучения литературных источников необходимо так же вести конспект. В случае затруднений необходимо обратиться к преподавателю за разъяснениями.

Методические рекомендации студентам по подготовке к экзамену.

При подготовке к экзамену необходимо руководствоваться рабочей программой по дисциплине. Студент должен иметь в виду, что некоторые вопросы, имеющиеся в программе и включенные в требования к экзамену, выносятся на самостоятельное изучение.

На экзамене студент должен показать знание содержания предмета, терминологии, умение свободно оперировать ею. Студент также должен показать знания учебных пособий разных лет, умение их аннотировать, знакомство с материалами новейших исследований. При подготовке к ответу на зачете студенту разрешено пользоваться программой по курсу. Если студент при ответе на вопросы затрудняется с самостоятельным изложением материала, педагог имеет право задать ему ряд вопросов, стимулирующих студентов к полному высказыванию по данной теме, в случае, если ответы на эти вопросы исчерпывают тему, оценка за ответ не снижается. Монологические высказывания студентов должны соответствовать сути вопроса, быть логически выстроенными, доказательно раскрывать отношение отвечающего к излагаемой проблеме, выявлять личную точку зрения на использование тех или иных положений теоретического курса в практической работе.

5.2 Организация самостоятельной работы студента по дисциплине

Самостоятельная работа студента является ключевой составляющей учебного процесса, которая определяет формирование навыков, умений и знаний, приемов познавательной деятельности и обеспечивает интерес к творческой работе.

Организация самостоятельной работы студентов осуществляется по трем направлениям:

- определение цели, программы, плана задания или работы;
- со стороны преподавателя студенту оказывается помощь в технике изучения материала, подборе литературы
- контроль усвоения знаний, приобретения навыков по дисциплине

5.3 Особенности преподавания дисциплины

В целях максимального усвоения дисциплины используются следующие технологии обучения:

Лекция - учебное занятие, составляющее основу теоретического обучения и дающее систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывающее состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрирующее внимание обучающихся на наиболее сложных, узловых вопросах, стимулирующее их познавательную деятельность и способствующее формированию творческого мышления.

Практическая работа - совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

Самостоятельная работа студента, предусматривает выполнение работы - задание, которое требует от студента воспроизведения и/или обработки полученной ранее информации в форме, определяемой преподавателем, и требующей, как правило, творческого подхода.

Преподавание дисциплины опирается на современный подход к обучению и ориентируется на внесение в процесс обучения новизны, обусловленной особенностями динамики развития жизни и деятельности, спецификой различных технологий обучения и потребностями личности, общества и государства в выработке у обучаемых социально полезных знаний, убеждений, черт и качеств характера, отношений и опыта поведения.

Проведение всех видов занятий при преподавании дисциплины, проведение консультаций, промежуточная и текущая аттестация возможны с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При организации занятий, текущей и промежуточной аттестации с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются различные электронные образовательные ресурсы и онлайн сервисы, входящие в состав ЭИОС СГУ.

5.4 Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Лекционные занятия - комплект электронных презентаций/слайдов, аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

2. Практические занятия - компьютерный класс, презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

3. Самостоятельная работа обучающихся - Помещения для самостоятельной работы: рабочие места обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для самостоятельной работы и работы в электронной информационно-образовательной среде СГУ; библиотека, читальный зал.

4. Рабочее место преподавателя - оснащенное компьютером с доступом в Интернет, рабочие места обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом в Интернет, предназначенные для работы в электронной образовательной среде.

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Microsoft Windows, Microsoft Office, LibreOffice, Архиватор 7-zip, Adobe Reader, Консультант Плюс Kaspersky Security, VLC Media Player

5.5 Методическое обеспечение образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Условия организации и содержание обучения и контроля знаний инвалидов и обучающихся с ОВЗ по дисциплине определяются программой дисциплины, адаптированной при необходимости для обучения указанных обучающихся.

Организация обучения, текущей и промежуточной аттестации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения создания комфортного психологического климата в студенческой группе или, при соответствующем заявлении такого обучающегося, по индивидуальной программе, которая является модифицированным вариантом основной рабочей программы дисциплины. При этом содержание программы дисциплины не изменяется. Изменяются,

как правило, формы обучения и контроля знаний, образовательные технологии и дидактические материалы.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ также может осуществляться индивидуально и/или с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а также с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения.

В учебном процессе для повышения уровня восприятия и переработки учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются мультимедийные и специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения. Подбор и разработка учебных материалов производится преподавателем с учетом того, чтобы студенты с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения – аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи).

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ фонд оценочных средств по дисциплине, позволяющий оценить достижение ими результатов обучения и уровень сформированности компетенций, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины, адаптируется для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа при прохождении аттестации.

**Приложение к рабочей программе дисциплины
«Адаптационный тренинг»**

37.03.02, Конфликтология, Бакалавриат

Конфликтология и медиация

АННОТАЦИЯ

рабочей программы дисциплины

«Адаптационный тренинг»

обязательной части учебного плана

форма обучения: очно-заочная

Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / час.)	3 / 108
Цель изучения дисциплины	Создание условий для адаптации студентов к условиям обучения в вузе, способствующих их личностному росту и профилактики социальной дезадаптации, знакомство студентов с психолого-педагогическими основами адаптации личности к различным социальным условиям.
Содержание дисциплины	Тема 1. Вводное занятие. Встреча с куратором, деканом, сотрудниками деканата. Выборы актива группы Тема 2. Концепции адаптации в психологии личности Тема 3. Адаптация к различным видам деятельности Тема 4. Технологии повышения адаптированности личности Тема 5. Студенческое самоуправление. Основные права обучающихся и меры их социальной поддержки и стимулирования Тема 6. Профилактика негативных явлений в студенческой среде: молодежного экстремизма, терроризма, коррупции, посредничества Тема 7. Правильная организация самостоятельной работы Тема 8. Научно-исследовательская работа студента Тема 9. Работа в электронной информационной среде вуза. Работа с электронными библиотечными системами Тема 10. Здоровый образ жизни. Тема 11. Работа студенческих объединений как основа адаптации обучающихся. Волонтерское движение. Гражданско- патриотическое воспитание. Культурно-массовая деятельность Тема 12. Практика студенческого поискового движения. Студенческие пожарно-спасательные отряды. Студенческие строительные отряды Тема 13. Локальные нормативные акты СГУ Тема 14. Профилактика коронавирусной инфекции
Формируемые компетенции (коды)	УК-3
Коды и наименование индикатора достижения компетенции	УК-3.1 Демонстрирует знание индивидуально-психологических свойств субъекта социального взаимодействия; особенностей, правил и приемов социального взаимодействия в команде; особенностей поведения групп людей, с которыми осуществляет взаимодействие, учитывает их в своей деятельности; психологии социально-ролевого и командного взаимодействия; основных теорий лидерства; стилей лидерства и возможностей их применения в различных ситуациях УК-3.2 Организует собственное социальное взаимодействие в команде; определяет свою роль в команде; принимает рациональные решения и обосновывает их; планирует последовательность шагов для достижения заданного результата. Учитывает в совместной деятельности особенности поведения и общения разных людей, готов проявлять толерантность и ассертивность в межличностном взаимодействии УК-3.3 Осуществляет межличностное взаимодействие, планирование собственных действий и координацию общих действий для достижения общих поставленных целей; применяет технологии создания и управления командой
Дисциплины, участвующие в формировании компетенции	Преддипломная практика Тренинг профессиональной наблюдательности Общественный проект Обучение служением Тренинг толерантности Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально-ориентированными НКО Карьерное консультирование Методы активного социально-психологического обучения Психология Адаптационный тренинг Учебно-ознакомительная практика Методы активного социально-психологического обучения детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья
Образовательные технологии	Практические занятия, СРС
Форма промежуточной аттестации	Экзамен