

федеральное казённое профессиональное образовательное учреждение
«Кунгурский техникум-интернат»
Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

АУД.02 Социально-психологический тренинг

09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов

Согласовано на заседании
предметно-цикловой комиссии
общепрофессиональных и
специальных дисциплин
от 15.01.2024, № 8

УТВЕРЖДАЮ
заместитель директора
по учебной работе
Н.Л. Мелкова
15.01.2024 г.

Адаптированная рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины АУД.02 Социально-психологический тренинг на основе:

- ФГОС СПО по профессии 09.01.03, утверждённого Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. № 974;
- Методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования, утвержденного Министерством науки и образования от 20.04.2015 № 06-830;
- учебного плана группы, утвержденного директором ФКПОУ «Кунгурский техникум-интернат» Минтруда России, от 28.06.2023.

Организация-разработчик: ФКПОУ «Кунгурский техникум-интернат» Минтруда России.

Разработчик: Рышковская Елена Романовна, преподаватель, педагог-психолог.

Содержание

1. Паспорт адаптированной рабочей программы дисциплины	3
2. Структура и содержание дисциплины	6
3. Условия реализации дисциплины	12
4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

АУД.02 Социально-психологический тренинг

1.1. Область применения программы

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины АУД.02 Социально-психологический тренинг является частью адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования для профессий СПО технологического профиля.

Квалификация выпускника – оператор информационных систем и ресурсов.

Адаптированная рабочая программа разработана в отношении разноназлогической учебной группы обучающихся, имеющих документально подтверждённые нарушения слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, соматические заболевания и поддающиеся коррекции нервно-психические нарушения или сочетанные нарушения.

Учебная дисциплина АУД.02 Социально-психологический тренинг направлена на создание условий, необходимых для получения среднего профессионального образования инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, их социализации и адаптации; повышение уровня доступности среднего профессионального образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; повышение качества среднего профессионального образования инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья; возможность формирования индивидуальной образовательной траектории для обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья; формирование в образовательной организации толерантной социокультурной среды.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППКРС

Дисциплина АУД.02 Социально-психологический тренинг входит в адаптационный цикл вариативной части ФГОС СПО по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- применять на практике полученные знания и навыки эффективного сотрудничества в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;
- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а так же приемы психической саморегуляции в процессе деятельности общения;

- на основе анализа своих потенциальных возможностей, ограничений здоровья и требований профессии осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного жизненного пути ;

-планировать и составлять временную перспективу своего будущего;

- успешно реализовать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;

В результате освоения дисциплины обучающейся должен **знать**:

- свой личностный потенциал, особенности успешных человеческих взаимоотношений;

- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления с собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;

- особенности своего эмоционального состояния в определённых условиях и понимать состояние окружающих по невербальным признакам;

- приёмы успешной коммуникации;

- способы и формы разрешения конфликтов.

Коды и формулировка формируемых общих компетенций (ОК)

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 правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.
ОК 04	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
ОК 10	Формировать личность, которая будет способна на основе полученных знаний,

	умений, навыков свободно ориентироваться, самореализовываться, саморазвиваться и самостоятельно принимать правильные решения в быстроизменяющихся окружающих условиях.
--	--

Код личностных результатов реализации программы воспитания Личностные результаты реализации программы воспитания (ЛРв):

ЛРв 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.
ЛРв 2	Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.
ЛРв 3	Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.
ЛРв 4	Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».
ЛРв 5	Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.
ЛРв 6	Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.
ЛРв 7	Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.
ЛРв 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.
ЛРв 12	Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.
ЛРв 13	Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности.
ЛРв 17	Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента – **36 часов**, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся **36 часов**.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

АУД.02 Социально-психологический тренинг

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Содержание адаптированной программы дисциплины АУД. 02 Социально-психологический тренинг разрабатывается с учетом требований профессионального стандарта и соответствии с особыми образовательными потребностями инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	36
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
практические работы	36
Итоговая аттестация не предусмотрена	

2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

АУД.02 Социально-психологический тренинг

<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа студентов</i>	<i>Объём часов</i>	<i>Осваиваемые элементы компетенций и личностные результаты</i>
Раздел 1. Тренинг как форма работы над собой		4	
Тема 1.1. Сущность социально-психологического тренинга	Практическое занятие №1 Знакомство с понятиями тренинг, аутотренинг. Упражнения и игры для формирования успешности в определённых видах деятельности. Тренинг моделирования будущего «Шаг в будущее».	2	ОК 01-06 , ОК10, ЛРв13-14
Тема 1.2 . Целеустремлённость	Практическое занятие №2 Тренинг моделирования будущего «Шаг в будущее» Игра-драматизация «Жизненные цели».	2	ОК 01, 05, 10 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Раздел 2. Преодоление		4	
Тема 2.1. Жизненные трудности	Практическое занятие №3 Жизненные испытания: как преодолевать Обсуждение сказки « Охотник и его сыновья» Упражнение «Линия жизни» Игра «Решаем проблемы».	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Тема 2.2. Жизнь в обществе	Практическое занятие №4 Упражнение « Я и мой мир вокруг меня» Притча «Пять простых правил, чтобы быть счастливым.	2	
Раздел 3. Тренинг полезных жизненных навыков «Путь к успеху»		4	
Тема 3.1. Роль коммуникаций в нашей жизни	Практическое занятие №5 Коммуникации. Навыки эффективного общения. Упражнение «Знакомство на языках мира» Упражнение «Счастливая лесенка» Упражнение «Бинго-формуляр»	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13

	Практическое занятие №6 Игра «Мой профиль» Игра «Никто не знает» Игра «Ласковое слово» Игра «Информация в газете»	2	
Раздел 4. Тренинг личностного роста		12	
Тема 4.1 Структура личности	Практическое занятие №7 Общее представление о личности. Структура личности. Личность и профессия. Личностные особенности при выборе профессии. Самодиагностика.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Тема 4.2. Мои психологические особенности	Практическое занятие № 8 Понятие «задатки», «способности», «одаренность», «талант». Психические познавательные процессы: память, внимание, восприятие, воображение, мышление, речь. Игры-диагностики.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛР13
Тема 4.3. Методы и приёмы развития познавательных психических процессов, техники саморегуляции	Практическое занятие №9 Знакомство с приёмами развития и тренировки психических процессов. Аутотренинг как прием психической саморегуляции в процессе деятельности и общения.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Тема 4.4. Связь темперамента и характера	Практическое занятие №10 Темперамент и характер в структуре личности. Виды темперамента. Опросник структуры темперамента Русалова.	2	
	Практическое занятие №11 Акцентуации характера. Виды акцентуаций характера. Опросник Шмишека. Свойства темперамента в характере человека. Наборы профессионально значимых характерологических качеств – основание для выбора профессии.	2	
	Практическое занятие №12 Психологическая игра «Ода о себе» Способы повышения самооценки	2	
Раздел 5. Психические процессы и волевая регуляция деятельности человека		4	
Тема 5.2. Составление психологического портрета моей личности. Регуляция психических процессов и состояний	Практическое занятие №13 Типы нервной деятельности и особенности регуляции психических процессов и состояний человека. Волевые усилия. Произвольность психических познавательных процессов. Произвольность поведения. Влияния внешних факторов на состояния. Способы регуляции.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13

Тема 5.3. Психологические характеристики стресса	Практическое занятие №14 Понятие стресса. Диагностика стрессовых состояний. Тренинг регуляции эмоциональных состояний.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Раздел 6. Разрешение конфликтных ситуаций		4	
Тема 6.1. Кризисы и конфликты в жизни человека.	Практическое занятие №15 Критические жизненные ситуации и их преодоление. Способы регуляции внутреннего состояния.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Тема 6.2. Решение конфликта конструктивным способом	Практическое занятие №16 Понятие конфликта. Виды, структура, характеристика конфликта. Функции и стадии. Типология конфликтов. Участники сторон конфликта. Сущность и структура конфликта. Стратегии поведения в конфликте. Способы разрешения.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13,
Раздел 7. Самопознание и самовоспитание личности		4	
Тема 7.1. Психология самопознания и самовоспитания	Практическое занятие №17 Понятия самопознание и самовоспитание. Движущие силы и механизм самовоспитания личности. Отработка методов самовоспитания.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
Тема 7.2. Функции общения	Практическое занятие №18 Тренинг коммуникативных навыков.	2	ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 06, ОК 08 ЛРв4, ЛРв7, ЛРв13
ВСЕГО:		36	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины АУД.02 Социально-психологический тренинг требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- доска учебная — 1 штука;
- жалюзи вертикальные — 3 штуки;
- шкафы книжные 4-х дверные — 2 штуки.

Технические средства обучения:

- мультимедийное оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.
- компьютер с выходом в сеть Интернет;
- видеопроектор.

Для проведения деловых игр, тренингов, занятий с элементами тренинга, практикумов и мастер-классов имеется дополнительная аудитория:

- кабинет педагога-психолога, в котором содержится инструментарий для развития координации движения, когнитивной сфер, дыхательной системы (настольные игры «Подуй на шарик», «Лабиринт», модульные игры);
- сенсорная комната для снятия психофизического напряжения (интерактивная светозвуковая панель «Бесконечность», пуфики, сухой бассейн, пучки фиброоптических волокон, фиброоптический прибор «Млечный путь», фиброоптические волокна, солевая лампа, масла для аромо-терапии, музыкальный центр, музыкальные диски);
- комната песочной анимации для развития творческого потенциала, моторики, коррекции двигательных навыков (балансирующие диски, интерактивный, мультимедийный комплекс для создания и отображения песочной анимации, мобильные песочные столы, развивающая игра «Баррикада», тактильная дорожка).

3.2. Педагогические технологии обучения

В целях реализации компетентностного подхода при изучении дисциплины, учитывая особенности контингента обучающихся, в процессе обучения используются активные и интерактивные формы проведения занятий: интерактивная учебная лекция, обсуждение в группах, дискуссия, анализ конкретных ситуаций, просмотр и обсуждение видеофильмов, проблемное обучение, творческие задания.

Обучение (ЭО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ), которое предполагает как самостоятельное прохождение материала обучающимися, так и с помощью. Реализация учебной дисциплины осуществляется очно. В случае необходимости возможен переход на электронное методическое сопровождения преподавателя: просмотр видеолекций по теме занятия, изучение документов с лекциями преподавателя в программах Word или PowerPoint, чтение параграфов учебника, написание конспектов. Общение преподавателя и студентов в таком случае осуществляется через беседу и обмен личными сообщениями на базе интернета.

3.3. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Нормативно-правовые акты:

1. ФЗ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 17-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изменениями, внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).
2. Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).
3. Приказ Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».
4. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения

образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

Основная литература:

1.Зверева, Надежда Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями / Надежда Зверева. - М.: Речь, **2018**. - 176 с.

2.Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг; Москва, Когито-Центр, 2019.- 251 с.- ISBN 5-89353-042-Х.- Текст: электронный// IPR SMART: сайт

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» <https://www.biblio-online.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины АУД.02 Социально-психологический тренинг осуществляется преподавателем в ходе проведения тренинговых занятий в форме бесед, игровых упражнений, индивидуальных заданий.

Текущий контроль проводится преподавателем следующими формами и методами: устный опрос, тестирование, решение производственных (проблемных) ситуаций, беседа, защита практических работ, проверка выполненных самостоятельных внеаудиторных работ, проведение мастер-класса или практикума.

Для обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья осуществляется входной контроль, назначение которого состоит в определении его способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Форма входного контроля для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья - в форме тестирования. При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

Текущий контроль успеваемости для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья имеет большое значение, поскольку позволяет своевременно выявить затруднения и отставание в обучении и внести коррективы в учебную деятельность. Форма контроля для обучающихся устанавливается с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь: -применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими; -использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а так же приемы психической саморегуляции в	Текущий контроль: решение ситуационных задач, публичное выступление, мастер-класс, деловая игра, практикум, решение проблемных ситуаций. Практическая работа .

процессе деятельности общения; - на основе анализа своих потенциальных возможностей, ограничений здоровья и требований профессии осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного жизненного пути ; -планировать и составлять временную перспективу своего будущего; - успешно реализовать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;	Практическая работа. Практическая работа.
Промежуточная аттестация не предусмотрена	