

АНО ВО «Межрегиональный открытый социальный институт»

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Совета факультета
права и психологии
Протокол заседания Совета факультета
№ 1 « 28 » августа 2018 г.
И.о. декана факультета права
и психологии



О.В. Шишкина

ОДОБРЕНО
на заседании кафедры общей и
специальной психологии и педагогики
Протокол заседания кафедры
№ 1 « 28 » августа 2018 г.
Зав. кафедрой общей и специальной
психологии и педагогики

 О.В. Шишкина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебной дисциплине

Тренинг личностно-профессионального роста

(наименование)

образовательная
программа

38.03.01 Экономика

Бухгалтерский учет, анализ и аудит

форма обучения

заочная

ПРОГРАММА РАЗРАБОТАНА

старший преподаватель,
Калмыкова О.В.
(должность, Ф. И. О., ученая
степень, звание автора(ов)
программы)

Йошкар-Ола, 2018

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Структура и содержание дисциплины	6
3. Оценочные средства и методические рекомендации по проведению промежуточной аттестации	18
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.....	25
5. Материально-техническое обеспечение дисциплины	26
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	27

1. Пояснительная записка

Цель изучения дисциплины: повышение уровня профессионально-личностной компетентности; создание оптимальных условий для получения студентами знаний и формирования адекватных представлений о профессионально-личностном росте как норме современного образования, для формирования необходимых умений и навыков управления процессом собственного профессионально-личностного роста.

Место дисциплины в учебном плане:

Предлагаемый курс относится к факультативам образовательной программы 38.03.01 Экономика. Бухгалтерский учет, анализ и аудит.

Дисциплина «Тренинг личностно-профессионального роста» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

продолжает формирование общекультурных компетенций:

способностью работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-5) – 3 этап;

способностью к самоорганизации и самообразованию (ОК-7) – 4 этап.

продолжает формирование профессиональной компетенции:

способностью организовать деятельность малой группы, созданной для реализации конкретного экономического проекта (ПК-9) – 2 этап.

Этапы формирования компетенции (заочная форма обучения)

Код компетенции	Формулировка компетенции	Учебная дисциплина	Семестр	Этап
ОК-5	способностью работать в коллективе, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	Культура речи и деловое общение	1	1
		Культурология и религиоведение	5	2
		Социология	6	3
		Тренинг личностно-профессионального роста		
		Социально-психологическая адаптация лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью	8	4
		Государственная итоговая аттестация	10	5
ОК-7	способностью к самоорганизации и самообразованию	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	1-6	1
		Иностранный язык в профессиональной деятельности	2-3	2
		Физическая культура и спорт	5	3
		Учебная практика: практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том	6	4

		числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности		
		Тренинг личностно-профессионального роста		
		Производственная практика: практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности	8	5
		Адаптация в бизнесе	9	6
		Производственная практика (научно-исследовательская работа)	10	7
		Преддипломная практика		
		Государственная итоговая аттестация		
ПК-9	способностью организовать деятельность малой группы, созданной для реализации конкретного экономического проекта	Менеджмент	4	1
		Тренинг личностно-профессионального роста	6	2
		Социально-психологическая адаптация лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью	8	3
		Адаптация в бизнесе	9	4
		Маркетинг	10	5
		Лабораторный практикум по бухгалтерскому учету		
		Ситуационный практикум по бухгалтерскому учету		
		Преддипломная практика		
		Государственная итоговая аттестация		

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

ОК-5	Знать: - психологические особенности группы при составлении тренинговых программ;
------	---

	<ul style="list-style-type: none"> - значения уверенного, ассертивного, пассивного, агрессивного типов поведения; - основные техники активного слушания. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять особенности личности каждого участника; - слушать и давать обратную связь; - ставить цели, осуществлять поиск путей преодоления препятствий. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками и приемами общения, умением слушать, высказывать свою точку зрения, аргументировать и отстаивать собственную позицию; - навыками взаимодействия в различных социальных ситуациях, достижения поставленных целей и выстраивания конструктивных отношений в обществе; - навыками психологически грамотного участия в дискуссии и других формах коллективного взаимодействия.
ОК-7	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю и современные тенденции развития концепций тренинга личностно-профессионального роста. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять самоанализ и саморазвитие профессионально-личностных компетенций; - разрабатывать план самообразования и саморазвития. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами диагностики, самодиагностики, коррекции и самокоррекции трудностей в общении субъектов образовательного пространства и профилактики внутриличностных и межличностных конфликтов.
ПК-9	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы организации коллективной работы. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовать деятельность малой группы с учетом особенностей его членов; - помочь каждому участнику в осознании основных способов и приемов взаимодействия с другими людьми, способов реагирования в сложных ситуациях, умения регулировать процесс общения. - соотносить свои устремления с интересами других людей и социальных групп; приобретать навыки совместной деятельности в группе. <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами самоорганизации и профессиональными способностями при создании малой группы; - навыками командной работы.

Формы текущего контроля успеваемости студентов: устный опрос, практические задания, эссе.

Формы промежуточной аттестации: зачет.

2. Структура и содержание дисциплины

Трудоемкость 2 зачетные единицы, 72 часа, из них:

заочная форма обучения: 8 практических часов, 60 часов самостоятельной работы, контроль - 4 часа.

2.1. Тематический план учебной дисциплины (заочная форма обучения)

№ п/п раздела	Наименование разделов и тем	Количество часов по учебному плану				
		Всего	Виды учебной работы			
			Аудиторная работа			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические (семинарские) занятия	Лабораторные занятия	
1	2	3	4	5	6	7
Раздел I. Адаптация студентов к социально-психологической ситуации общения в группе						
1	Знакомство	5	-	1	-	4
2	Я и группа	5	-	1	-	4
3	Образ профессии	4	-	-	-	4
4	Образ Я-реального	4	-	-	-	4
5	Образ Я-идеального	4	-	-	-	4
Раздел II. Коммуникативные навыки						
6	Мир во мне. Мир вокруг меня	5	-	1	-	4
7	Я глазами других. Встреча двух миров	5	-	1	-	4
8	Взаимодействие миров	4	-	-	-	4
9	Встреча с самим собой	4	-	-	-	4
10	Кто есть кто?	4	-	-	-	4
Раздел III. Виды саморегуляции и личностная идентичность						
11	Познай себя через других людей	3	-	1	-	2
12	Каналы восприятия, их виды	3	-	1	-	2
13	Осознание и контроль своих эмоций, чувств	2	-	-	-	2
14	Саморегуляция мыслительных процессов	2	-	-	-	2
15	Медитативная техника в процессе самопознания	2	-	-	-	2
Раздел IV. Профессиональная идентичность						
16	Профессия. Дело	3	-	1	-	2
17	Практическая психология	3	-	1	-	2
18	Я и Дело	2	-	-	-	2
19	Я и Другие	2	-	-	-	2

20	Личность – инструмент профессии	2	-	-	-	2
	Контроль	4	-	-	-	-
	Итого по дисциплине	72	-	8	-	60

2.2. Тематический план практических (семинарских) занятий

№ п/п раздела	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	2	3
Раздел I. Адаптация студентов к социально-психологической ситуации общения в группе		
1	Знакомство	1
2	Я и группа	1
3	Образ профессии	-
4	Образ Я-реального	-
5	Образ Я-идеального	-
Раздел II. Коммуникативные навыки		
6	Мир во мне. Мир вокруг меня	1
7	Я глазами других. Встреча двух миров	1
8	Взаимодействие миров	-
9	Встреча с самим собой	-
10	Кто есть кто?	-
Раздел III. Виды саморегуляции и личностная идентичность		
11	Познай себя через других людей	1
12	Каналы восприятия, их виды	1
13	Осознание и контроль своих эмоций, чувств	-
14	Саморегуляция мыслительных процессов	-
15	Медитативная техника в процессе самопознания	-
Раздел IV. Профессиональная идентичность		
16	Профессия. Дело	1
17	Практическая психология	1
18	Я и Дело	-
19	Я и Другие	-
20	Личность – инструмент профессии	-
	Итого по дисциплине	8

Практические занятия по темам

Тема 1. Знакомство

План:

1. Цель и задачи дисциплины «Тренинг личностно-профессионального роста»
2. Понятие тренинга. Виды и формы тренингов.

Практические задания:

1. Ознакомление с правилами и принципами групповой работы.
2. Упражнения на эмоциональный и физический «разогрев», знакомство и вхождение в группу.
3. Упражнения на снятие тревожности участников, вызванную незнакомой средой.
4. Взаимные презентации.
5. Групповая игра, направленная на знакомство и сокращение дистанции в общении.

6. Игры и упражнения направленные на интеграцию группы за счет необходимости постоянной включенности в совместную деятельность.
7. Составить тренинговый день на создание позитивного эмоционального единства группы.
8. Проанализировать результаты работы.

Тема 2. Я и группа

План:

1. Приемы эффективного установления контактов и партнерского взаимодействия.
2. Упражнения, направленные на создание атмосферы эмоциональной свободы, открытости, дружелюбия и доверия друг к другу между участниками, а также способствующие интеграции тренинговой группы.

Практические задания:

1. Игры и упражнения направленные на установление коммуникативных контактов.
2. Игры и упражнения на снятие коммуникативных барьеров.
3. Игры и упражнения содержательного плана.
4. Деловая игра, направленная на получение информации о сформированности коммуникативных процессов у участников тренинга, выявление лидеров.
5. Игры и упражнения, обеспечивающие каждому участнику тренинга многообразие личных контактов с другими членами группы.
6. Проанализировать результаты работы.

Тема 3. Образ профессии

План:

1. Упражнения на выявление личных качеств, помогающих и мешающих в конкретных ситуациях в профессиональной деятельности.
2. Организация тренинговых занятий и самостоятельное участие в них.

Практические задания:

1. Разминочные игры и упражнения.
2. Игры и упражнения содержательного плана: мозговой штурм «Качества профессионала».
3. Упражнения и тренинг, направленный на развитие представлений о будущем.
4. Деловая игра «Человек на своем месте».
5. Формирование позитивного образа Я и профессионального будущего.

Тема 4. Образ Я-реального

План:

1. Образ Я-реального: достигнутые результаты на сегодняшний день.

Практические задания:

1. Основы понятия «Я-концепция».
2. Знакомство с образом Я-реальное. Упражнения: «Переселение души» [1], рисунок себя и др.
3. Увидеть свое Я глазами других. Упражнения: магазин товаров, «какой Я» и др.
4. Виды каналов восприятия.

Тема 5. Образ Я-идеального

План:

1. Образ Я-реального: цели и задачи на будущее.
2. Самопознание и саморазвитие.

Практические задания:

1. Создать позитивный образ себя как будущего психолога.
2. Преодоление стереотипов собственного самовосприятия.

3. Пути личностного роста.

Тема 6. Мир во мне. Мир вокруг меня

План:

1. Помочь участникам зафиксировать свои умения видеть, чувствовать, адекватно воспринимать других людей; формировать чувствительность к невербальным средствам общения.

Практические задания:

1. Создание условий для комфортного проведения занятий, климата психологической безопасности.
2. Определение особенностей личности каждого участника.
3. Информирование о невербальных средствах общения.
4. Заполнение анкеты «Какой Я»

Тема 7. Я глазами других. Встреча двух миров

План:

1. Предоставление участникам возможность увидеть себя глазами других людей, соотнести самооценку и оценку членами группы.

2. Самооценка и ее роль в формировании личности.

Практические задания:

1. Формирование умения слушать и давать обратную связь.
2. Помощь каждому участнику в осознании основных способов и приемов взаимодействия с другими людьми, способов реагирования в сложных ситуациях, умения регулировать процесс общения.
3. Отработка вербальных и невербальных средства общения.
4. Составить и провести тест на самооценку и обработать его.

Тема 8. Взаимодействие миров

План:

1. Выявление проблем, не позволяющих каждому члену группы эффективно участвовать в групповых формах взаимодействия.

Практические задания:

1. Отработка умений психологически грамотно участвовать в дискуссии и других формах коллективного взаимодействия.
2. Дать характеристики каналов получения и переработки информации (информирование).
3. Диагностика участниками своего ведущего канала восприятия «Как мы слушаем».
4. Информирование о приемах активного слушания.
5. Отработка в парах умения слушать.

Тема 9. Встреча с самим собой

План:

1. Моделирование каждым членом группы своего стиль общения, т.е. комплекса поведенческих реакций, характерных для различных типов группового общения.

2. Выстраивание нового типа отношений с самим собою и окружающими.

Практическое задание:

1. Уточнение и закрепление наиболее успешных способов и приемов общения для каждого члена группы в практических игровых ситуациях.
2. Анализ своих ощущений, эмоций, чувств в значимых жизненных ситуациях.

Тема 10. Кто есть кто?

План:

1. Психологический портрет человека.
2. Создание психологических портретов каждого участника группы.

Практические задания:

1. Отработка умения анализировать свои личностные особенности и особенности других.
2. Отработка умения подачи обратной связи.
3. Формирование позитивного восприятия участников; доверительного отношения друг к другу.
4. Создание условий для самостоятельной работы по саморазвитию.

Тема 11. Познай себя через других людей

План:

1. Мотивация студентов на самопознание, на желание управлять собой.

Практические задания:

1. Знакомство с тренинговым пространством, тренинговыми правилами, тренером.
2. Научится слушать, видеть, понимать других людей.
3. Научится познавать себя и раскрывать себя другим.
4. Описать жизненную ситуацию, когда общение с другими людьми помогло осознать значимость эмпатии.

Тема 12. Каналы восприятия, их виды

План:

1. Распознавание ощущений и управление ими.

Практические задания:

1. Познакомить студентов с каналами восприятия мира (слуховой, зрительный, кинестетический). Определить ведущий канал.
2. Особенности ощущений, их отличия и возможности управления.
3. Определить ведущий канал восприятия у нескольких знакомых.

Тема 13. Осознание и контроль своих эмоций, чувств

План:

1. Саморегуляция чувств является важным умением профессионального психолога.

Практические задания:

1. Познакомить студентов с психологическими понятиями: эмоции, чувства. Определить их особенности и отличия.
2. Определить механизмы преодоления страха.
3. Научиться работать с чувствами вины и обиды.
4. Работа с символами и образами в психоаналитической парадигме (образ восьмерки, весов, солнечного ковша).
5. Отработать свой механизм преодоления страха (риск, стыдно и так далее)

Тема 14. Саморегуляция мыслительных процессов

План:

1. Саморегуляция мыслительных процессов - это реальность, а не миф.

Практические задания:

1. Значение воли в мыслительном процессе (концентрация внимания).
2. Обозначить различия логического и образного мышления.
3. Жизненные проблемы-это возможность решать жизненные задачи.
4. Научить правильному дыханию и аутотренингу.

5. Используя рекомендованную литературу, описать ситуации решения социальных проблем с помощью рационального мышления или образного (иррационального) мышления.

Тема 15. Медитативная техника в процессе самопознания

План:

1. Значимость медитативных методов в профессиональной работе психолога и личной жизни каждого человека.

Практические задания:

1. Овладение методами аутотренинга.
2. Значимость медитативных техник для релаксации.
3. Медитация – ключ к самопознанию.
4. Выполнение упражнений (горная вершина, розовый куст) самостоятельно.

Тема 16. Профессия. Дело

План:

1. Современное состояние развития профессии логопеда, профессиональных сообществ, себя, как профессионала.

Практические задания:

1. Понятие профессии «психолог» (образ профессии: представление о содержании проф. деятельности и о проф. намерениях).
2. Роль психолога в современном обществе. Законодательная база в работе психолога.
3. Осознание профессионального выбора и ответственность за его реализацию как факторы успешной профессиональной самореализации и профессиональной деятельности.

Написать эссе на тему: «Психолог - это человек, который...»

Средство оценивания: эссе

Шкала оценивания:

Эссе оценивается по 100-балльной шкале. Баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

- 86-100 баллов – «отлично»;
- 70- 85 баллов – «хорошо»;
- 51-69 баллов – «удовлетворительно»;
- менее 51 балла – «неудовлетворительно».

Критерии	Показатели
1. Новизна реферированного текста. Максимальная оценка – 20 баллов	– актуальность проблемы и темы; – новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; – наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы. Максимальная оценка – 30 баллов	– соответствие плана теме эссе; – соответствие содержания теме и плану эссе; – полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; – обоснованность способов и методов работы с материалом; – умение работать с историческими источниками и литературой,

	<p>систематизировать и структурировать материал;</p> <p>– умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.</p>
<p>3. Обоснованность выбора источников и литературы. Максимальная оценка – 20 баллов</p>	<p>– круг, полнота использования исторических источников и литературы по проблеме;</p> <p>– привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов, интернет-ресурсов и т. д.).</p>
<p>4. Соблюдение требований к оформлению. Максимальная оценка – 15 баллов.</p>	<p>– правильное оформление ссылок на использованные источники и литературу;</p> <p>– грамотность и культура изложения;</p> <p>– использование рекомендованного количества исторических источников и литературы;</p> <p>– владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы;</p> <p>– соблюдение требований к объему эссе;</p> <p>– культура оформления: выделение абзацев, глав и параграфов</p>
<p>5. Грамотность. Максимальная оценка – 15 баллов.</p>	<p>– отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей;</p> <p>– отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых;</p> <p>– литературный стиль</p>

Тема 17. Практическая психология

План:

1. Знакомство со значимыми прототипами в практической психологии.
2. Анализ процессов получения знаний.

Практические задания:

1. Сопоставление житейских и научных знаний.
2. Осмысление своего восприятия практической психологии, своего отношения к ней в целом.
3. Выявление эталонного варианта психологической деятельности.
4. Анализ своего отношения к существующим направлениям в практической психологии.

Тема 18. Я и Дело

План:

1. Личностное самоопределение практического психолога.

Практические задания:

1. Развитие символического мышления.
2. Проработка и расставание с ненужными представлениями, иллюзиями.
3. Подчеркнуть возможности и лучшие стороны практической психологии.
4. Рефлексия профессиональных требований к кандидату в психологи.

5. Научиться глубже понимать специфику профессии психолога. Используя метод системного анализа деятельности профессионала, составить аналитическую профессиограмму.

Тема 19. Я и Другие

План:

1. Формирование лучшего взаимопонимания друг друга.
2. Выяснение ценностных ориентиров в работе.

Практические задания:

1. Развитие метафоричности в мышлении и ее вербальное выражение.
2. Выработка и закрепление навыков эмпатии, развитие новых взглядов друг на друга.
3. Развитие коммуникативных умений.
4. Определение для себя, что я умею делать лучше или хуже других.
5. Подумать над тем, где и чем могут быть полезны каждому студенту другие члены группы.

Тема 20. Личность – инструмент профессии

План:

1. Умение понимать себя (работа с образом Я).
2. Умение принимать себя (работа с жизненными и профессиональными целями).

Практические задания:

1. Я-концепция психолога – основа профессионального развития специалиста (образ профессионального Я, профессиональная рефлексия и т.д.).
2. Процесс личностно-профессионального становления и развития специалиста.
3. Профилактическая работа по укреплению собственного «Я» с целью оптимизации процесса самореализации в профессии и сохранения профессионального долголетия.
4. Подумать и написать на лучах солнца все свои профессиональные достоинства.

2.3. Тематический план для самостоятельной работы

№ п/п раздела	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	2	3
Раздел I. Адаптация студентов к социально-психологической ситуации общения в группе		
1	Знакомство	4
2	Я и группа	4
3	Образ профессии	4
4	Образ Я-реального	4
5	Образ Я-идеального	4
Раздел II. Коммуникативные навыки		
6	Мир во мне. Мир вокруг меня	4
7	Я глазами других. Встреча двух миров	4
8	Взаимодействие миров	4
9	Встреча с самим собой	4
10	Кто есть кто?	4
Раздел III. Виды саморегуляции и личностная идентичность		
11	Познай себя через других людей	2

12	Каналы восприятия, их виды	2
13	Осознание и контроль своих эмоций, чувств	2
14	Саморегуляция мыслительных процессов	2
15	Медитативная техника в процессе самопознания	2
Раздел IV. Профессиональная идентичность		
16	Профессия. Дело	2
17	Практическая психология	2
18	Я и Дело	2
19	Я и Другие	2
20	Личность – инструмент профессии	2
	Итого по дисциплине	60

Вопросы для самостоятельной работы

Тема 1. Знакомство

План:

1. Практикуемые тренинги личностно-профессионального роста в России и зарубежом.

Тема 2. Я и группа

План:

1. Построение тренингового занятия и проведение психодиагностики успешности взаимодействия и групповой сплоченности.

Тема 3. Образ профессии

План:

1. Обеспечение каждому-участнику тренинга возможности получения индивидуальной и групповой оценки качеств его личности.
2. Обратная связь с группой.

Тема 4. Образ Я-реального

План:

1. Образ Я-реального: достигнутые результаты на сегодняшний день.

Тема 5. Образ Я-идеального

План:

1. Образ Я-реального: цели и задачи на будущее.
2. Самопознание и саморазвитие.

Тема 6. Мир во мне. Мир вокруг меня

План:

1. Рефлексия состояния каждого из участников тренинга.
2. Особенность аутентичного поведения.
3. Основные характеристики общения.

Тема 7. Я глазами других. Встреча двух миров

План:

1. Внутренний мир и внешний мир.
2. Темперамент. Типы темперамента.

Тема 8. Взаимодействие миров

План:

1. Диагностика и отработка необходимых для этого умений (слушать, понимать, поддерживать и развивать точку зрения другого, доносить свое мнение до каждого).

Тема 9. Встреча с самим собой

План:

1. Закрепление нового позитивного опыта общения и избавление от неконструктивных способов реагирования.
2. Оптимистическое и пессимистическое отношение к жизни.

Тема 10. Кто есть кто?

План:

1. Возможные влияния индивидуальных особенностей участников на процесс развития их личности, на жизненный путь в целом.

Тема 11. Познай себя через других людей

План:

1. Мотивация студентов на самопознание, на желание управлять собой.

Тема 12. Каналы восприятия, их виды

План:

1. Распознавание ощущений и управление ими.

Тема 13. Осознание и контроль своих эмоций, чувств

План:

1. Саморегуляция чувств является важным умением профессионального психолога.

Тема 14. Саморегуляция мыслительных процессов

План:

1. Саморегуляция мыслительных процессов - это реальность, а не миф.

Тема 15. Медитативная техника в процессе самопознания

План:

1. Значимость медитативных методов в профессиональной работе психолога и личной жизни каждого человека.

Тема 16. Профессия. Дело

План:

1. Начало парадигмального, инструментального и ситуативного самоопределения.

Тема 17. Практическая психология

План:

1. Упорядочение собственных мыслей, помочь себе двигаться дальше в профессиональном развитии.

Тема 18. Я и Дело

План:

1. Ситуативное самоопределение практического психолога.
2. Парадигмальное самоопределение практического психолога.

Тема 19. Я и Другие

План:

1. Стимулирование у студентов заинтересованности в поисках путей творческого самовыражения.
2. Формулирование своих взглядов на жизнь, выражение своих ценностей и установок, выработка своего собственного профессионального стиля.

Тема 20. Личность – инструмент профессии

План:

1. Умение управлять собой (работа по самоорганизации).
2. Анализ собственной профессиональной идентичности, формирование позитивного образа Я и профессионального будущего.

Распределение трудоемкости СРС при изучении дисциплины

Вид самостоятельной работы	Трудоемкость (час)
Подготовка к зачету	22
Подготовка к практическим (семинарским) занятиям	16
Проработка учебной литературы	22

3. Оценочные средства и методические рекомендации по проведению промежуточной аттестации

При проведении зачета по дисциплине «Тренинг личностно-профессионального роста» может использоваться устная или письменная форма проведения.

Примерная структура зачета по дисциплине «Тренинг личностно-профессионального роста»

1. Устный ответ на вопросы

Студенту на зачете дается время на подготовку вопросов теоретического характера

2. Выполнение тестовых заданий

Тестовые задания выполняются в течение 30 минут и состоят из 25 вопросов разных типов. Преподаватель готовит несколько вариантов тестовых заданий.

3. Выполнение практических заданий

Практические задания выполняются в течение 30 минут. Бланки с задачами готовит и выдает преподаватель.

Устный ответ студента на зачете должен отвечать следующим требованиям:

- научность, знание и умение пользоваться понятийным аппаратом;
- изложение вопросов в методологических аспектах, аргументация основных положений ответа примерами из современной практики, а также из личного опыта работы;
- осведомленность в важнейших современных проблемах использования тренинга профессионального развития в профессиональной деятельности, знание классической и современной литературы.

Выполнение практического задания должно отвечать следующим требованиям:

- Владение профессиональной терминологией;
- Последовательное и аргументированное изложение решения.

Критерии оценивания ответов

Уровень освоения компетенции	Формулировка требований к степени сформированности компетенций	Шкала оценивания
Компетенции сформированы в полном объеме	Владеет навыками и приемами общения, умением слушать, высказывать свою точку зрения, аргументировать и отстаивать собственную позицию. Обладает навыками взаимодействия в различных социальных ситуациях, достижения поставленных целей и выстраивания конструктивных отношений в обществе; навыками психологически грамотного участия в дискуссии и других формах коллективного взаимодействия. Владеет методами диагностики, самодиагностики, коррекции и самокоррекции трудностей в общении субъектов образовательного пространства и профилактики внутриличностных и межличностных конфликтов; методами самоорганизации и профессиональными способностями при создании малой группы; навыками командной работы.	Зачтено
	Определяет особенности личности каждого участника. Слушает и дает обратную связь. Ставит цели, осуществляет поиск путей	

	<p>преодоления препятствий. Осуществляет самоанализ и саморазвитие профессионально-личностных компетенций. Разрабатывает план самообразования и саморазвития. Организует деятельность малой группы с учетом особенностей его членов. Помогает каждому участнику в осознании основных способов и приемов взаимодействия с другими людьми, способов реагирования в сложных ситуациях, умения регулировать процесс общения. Соотносит свои устремления с интересами других людей и социальных групп; приобретает навыки совместной деятельности в группе.</p>	
	<p>Имеет представление о психологических особенностях группы при составлении тренинговых программ; значении уверенного, ассертивного, пассивного, агрессивного типов поведения. Знает основные техники активного слушания. Демонстрирует знания об истории и современных тенденциях развития концепций тренинга личностно-профессионального роста. Знает основные принципы организации коллективной работы.</p>	
Компетенции не сформированы	Не соответствует критериям оценки удовлетворительно	Не зачтено

Рекомендации по проведению зачета

1. Студенты должны быть заранее ознакомлены с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся АНО ВО МОСИ.
2. По результатам зачета преподаватель обязан разъяснить студенту правила выставления отметки.
3. Преподаватель в ходе зачета проверяет уровень полученных в течение изучения дисциплины знаний, умений и навыков и сформированность компетенции.
4. Тестирование по дисциплине проводится либо в компьютерном классе, либо в аудитории на бланке с тестовыми заданиями.

Перечень вопросов к зачету

1. Основные этапы проведения тренинга.
2. Как осуществляется выбор психогимнастических упражнений для проведения тренинга.
3. Какое место в жизни студента занимает общение.
4. Объясните понятие «сплоченная» группа.
5. Личностный рост - это миф или потребность человека.
6. Какими личностными качествами должен обладать психолог для эффективной работы.
7. Влияние коллектива на успешность обучения каждого студента.
8. Сравните выражения «личностный рост» и «построение адекватного образа Я»
9. Ключевые понятия теории Я-концепция.

10. Значимость образа Я-идеальное для профессионального и личностного роста.
11. Коммуникация, перцептивная и интерактивная характеристики общения.
12. Сила слова: два источника.
13. Групповая динамика как система групповых процессов.
14. Тренинг общения как средство социально- психологического обучения.
15. Специфичность форм и методов СПТ.
16. Критерии эффективности СПТ.
17. Характеристика аутентичного поведения.
18. Развитие коммуникативной компетентности.
19. Роль интенсивного группового опыта в самосознании личности.
20. Адаптация, индивидуализация и интеграция личности в группе.
21. Доверительное общение как способ адекватного существования человека в группе.
22. Процессы межличностного влияния, личностного осознания и изменения в тренинге общения.
23. Самопонимание происходит при общении с людьми.
24. Групповой процесс в тренинге представляется как путь к «Я»; путь участников к своему «Я» и через него к «Я» других людей.
25. Какие психотехники, содержательно близкие к методике медитации, используются в психологических школах.
26. В каких целях могут использоваться медитации в психологических тренингах развития самосознания.
27. Какие должны быть внешние условия для проведения медитаций.
28. Медитация и гипноз. Что общего и отличного в этих психологических техниках.
29. Значение аутотренинга для саморазвития личности.
30. Охарактеризуйте особенности образного мышления.
31. Какие пусковые механизмы работы со страхами существуют.
32. Настроение, эмоции, чувства. Опишите отличия данных психических процессов.
33. Какие каналы восприятия существуют.
34. Контроль своих ощущений - важная составляющая профессиональной деятельности психолога.
35. Расскажите, какие психотехники можно включать в тренинг саморегуляции.
36. Определить особенности существующих в практической психологии методов работы с клиентами.
37. Определить в соответствии с какой парадигмой или теоретическим направлением проводится работа в каждом приведенном в упражнении случаи.
38. Привести примеры профессий из классификации Климова Е.А. «Человек-человек»
39. Подобрать один афоризм, принадлежащий известному психологу, который мог бы стать собственным девизом.
40. Найти в литературе и представить на зачет по одному примеру из практики практической работы известных мастеров консультирования или терапии. Подготовить подробное изложение случая для обсуждения.

Тест по дисциплине «Тренинг личностно-профессионального роста»

0 вариант

1. Объективность межгруппового конфликта означает:
 - А) люди могут оценивать конфликт объективно
 - Б) в любом конфликте есть объект конфликта
 - В) любой конфликт имеет собственную логику возникновения и развития

Г) люди сознательно контролируют межгрупповые конфликты

2. Способ социально-психологического воздействия (словесного или образного), предполагающий наличие у человека психологической готовности к принятию данного воздействия, вызывающий не критическое восприятие и (или) усвоение какой-либо информации - это:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) подражание
- Г) внушение

3. Не является способом коммуникативного влияния:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) идентификация
- Г) внушение

4. В какой из групп наиболее ярко проявляется такой вид конформизма как коллективистское самоопределение:

- А) референтная
- Б) диффузная
- В) высокоразвитая
- Г) коллектив

5. К способам принятия группового решения не относится:

- А) групповое интервью
- Б) «мозговой штурм»
- В) групповая дискуссия
- Г) огруппление мышления

6. Автор теории потенциала самоактуализации

- А) К. Роджерс
- Б) З. Фрейд
- В) А. Маслоу
- Г) К. Г. Юнг

7. Автор теории «личных конструктов»

- А) Дж. Келли
- Б) К. Роджерс
- В) ДЖ. Франк
- Г) К. Г. Юнг

8. Определение интуиции как шага за пределы рассудка и логического вывода к полному пониманию или постижению дали:

- А) Олпорт, Бастик, Денис
- Б) Спиноза
- В) Нисбетт и Росс
- Г) К. Г. Юнг

9. Кто из исследователей выделил 3 основных признака полностью функционирующих людей:

- а) открытость для собственного опыта;

б) живут в соответствии с экзистенциальными принципами, опираясь на осознание своего непосредственного опыта;

в) доверяют своему организмическому опыту как основе собственных решений и действий:

- А) Р. Уайт
- Б) А. Маслоу
- В) Х. Гартманн
- Г) К. Роджерс

10. Термин «социально-психологический тренинг» ввел(а) в психологию:

- А) Л. А. Петровская
- Б) В. П. Захаров
- В) М. Форверг
- Г) Ю. В. Макаров

11. Термин «социально-психологический тренинг» ввел(а) в психологию:

- А) Л. А. Петровская
- Б) В. П. Захаров
- В) М. Форверг
- Г) Ю. В. Макаров

12. Кто из исследователей выделил 3 основных признака полностью функционирующих людей:

а) открытость для собственного опыта;

б) живут в соответствии с экзистенциальными принципами, опираясь на осознание своего непосредственного опыта;

в) доверяют своему организмическому опыту как основе собственных решений и действий:

- А) Р. Уайт
- Б) А. Маслоу
- В) Х. Гартманн
- Г) К. Роджерс

13. Определение интуиции как шага за пределы рассудка и логического вывода к полному пониманию или постижению дали:

- А) Олпорт, Бастик, Денис
- Б) Спиноза
- В) Нисбетт и Росс
- Г) К. Г. Юнг

14. Автор теории «личных конструктов»

- А) Дж. Келли
- Б) К. Роджерс
- В) ДЖ. Франк
- Г) К. Г. Юнг

15. Автор теории потенциала самоактуализации

- А) К. Роджерс
- Б) З. Фрейд
- В) А. Маслоу
- Г) К. Г. Юнг

16. К способам принятия группового решения не относится:

- А) групповое интервью
- Б) «мозговой штурм»
- В) групповая дискуссия
- Г) огруппление мышления

17. В какой из групп наиболее ярко проявляется такой вид конформизма как коллективистское самоопределение:

- А) референтная
- Б) диффузная
- В) высокоразвитая
- Г) коллектив

18. Не является способом коммуникативного влияния:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) идентификация
- Г) внушение

19. Способ социально-психологического воздействия (словесного или образного), предполагающий наличие у человека психологической готовности к принятию данного воздействия, вызывающий некритическое восприятие и (или) усвоение какой-либо информации - это:

- А) убеждение
- Б) заражение
- В) подражание
- Г) внушение

20. Объективность межгруппового конфликта означает:

- А) люди могут оценивать конфликт объективно
- Б) в любом конфликте есть объект конфликта
- В) любой конфликт имеет собственную логику возникновения и развития
- Г) люди сознательно контролируют межгрупповые конфликты

Примерный перечень практических заданий

1. Вы прилетели в незнакомый город на суперважную встречу. Выходите из самолета, встреча через час в центре города. Вдруг Вы обнаруживаете, что у Вас нет ни денег, ни документов. Ваши действия?

2. Вы едете на такси поздно вечером в чужом городе. Надо расплачиваться, вдруг Вы обнаруживаете, что у Вас только стодолларовые купюры. Ваши действия?

3. Вы приехали в офис клиента проводить важную презентацию. За 10 минут до начала Вы обнаруживаете, что у Вас с собой не та флеш-карта с презентацией в Power Point. Ваши действия?

4. Ваше выступление с докладом через 5 минут. Вдруг Вы обнаруживаете, что в материалах, которые будут раздаваться слушателям, есть опечатка, искажающая смысл. Ваши действия?

5. Вы и Ваш коллега, который должен сейчас выступить на очень важной конференции, приехали за 10 минут до начала. Неожиданно Ваш коллега говорит: «Я так волнуюсь, что не смогу выступить: боюсь, что все сорву!» Ваши действия?

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

1. Основы социально-психологического тренинга / авт.-сост. М.А. Василенко. - Ростов : Издательство «Феникс», 2014. - 128 с. - (Психологический практикум). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-222-22832-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256452> (Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE»)

Дополнительная литература

1. Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга : учебное пособие / Н.Б. Григорьев. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. - 176 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-012-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328> (Электронная библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE»)

Современные профессиональные базы данных

1. Профессиональная база данных по экономике [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://sophist.hse.ru/data_access.shtml
2. Профессиональная база данных по экономике [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.gks.ru/>

Информационно-справочные системы

1. СПС «Консультант Плюс», СПС «Гарант» (договор о сотрудничестве от 23.09.2013 г. с ЗАО «Компьютерные технологии» (ПС Гарант)), регистрационный лист зарегистрированного пользователя ЭПС «Система ГАРАНТ» от 16.02.2012 г. №12-40272-000944; договоры с ООО «Консультант Плюс Марий Эл» №2017-СВ-4 от 28.12.2016 г.

Интернет-ресурсы

1. Библиотека учебной и научной литературы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sbiblio.com/biblio>
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://window.edu.ru/>
3. Лаборатория дистанционного обучения [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://distant.ioso.ru/>
4. Мир психологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychology.net.ru>
5. Национальная энциклопедическая служба России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://terme.ru/about.html>
6. Психология на RIN.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psy.rin.ru>
7. Портал "Психология - вся Россия" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psychology.all.ru>
8. Российская научная сеть [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://intellect-invest.org.ua/rus/library/>

5. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническую базу для проведения лекционных и практических занятий по дисциплине составляют:

Наименование специальных* помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, 424007, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д.28, каб. № 211.	Основное учебное оборудование: специализированная мебель (учебные парты, стулья, стол преподавателя, учебная доска). Технические средства обучения: переносной ноутбук, мультимедийный проектор, экран.	СПС «Консультант Плюс», СПС «Гарант» (договор о сотрудничестве от 23.09.2013 г. с ЗАО «Компьютерные технологии» (ПС Гарант)), регистрационный лист зарегистрированного пользователя ЭПС «Система ГАРАНТ» от 16.02.2012 г. №12-40272-000944; договоры с ООО «КонсультантПлюс Марий Эл» №2017-СВ-4 от 28.12.2016 г., Windows 10 Education, Windows 8, Windows 7 Professional (Microsoft Open License), Office Standart 2007, 2010 (Microsoft Open License), Office Professional Plus 2016 (Microsoft Open License), Kaspersky Endpoint Security (Лицензия №17E0-171117-092646-487-711, договор №Tr000171440 от 17.07.2017 г.).
Помещение для самостоятельной работы, 424007, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола, ул. Прохорова, д.28, каб. № 302.	Основное учебное оборудование: специализированная мебель (учебные парты, стулья, стол преподавателя, учебная доска). Технические средства обучения: автоматизированные рабочие места, с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационную образовательную среду организации.	СПС «Консультант Плюс», СПС «Гарант» (договор о сотрудничестве от 23.09.2013 г. с ЗАО «Компьютерные технологии» (ПС Гарант)), регистрационный лист зарегистрированного пользователя ЭПС «Система ГАРАНТ» от 16.02.2012 г. №12-40272-000944; договоры с ООО «КонсультантПлюс Марий Эл» №2017-СВ-4 от 28.12.2016 г. Windows 7 Professional (Microsoft Open License). Sys Ctr Endpoint Protection ALNG Subscriptions VL OLVS E 1Month AcademicEdition Enterprise Per User (Сублиц. договор № Tr000171440 17.07.2017). Office Professional 2010 (Microsoft Open License). Архиватор 7-zip (GNU LGPL). Adobe Acrobat Reader DC (Бесплатное ПО). Adobe Flash Player (Бесплатное ПО).

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Методические указания для подготовки к практическим (семинарским) занятиям

Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, обратить внимание на конспект лекций, разделы учебников и учебных пособий, которые способствуют общему представлению о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам. Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1й этап - организационный;
- 2й этап - закрепление и углубление теоретических знаний. На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает:
 - уяснение задания, выданного на самостоятельную работу;
 - подбор рекомендованной литературы;
 - составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе. Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная её часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретается практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Готовясь к консультации, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале занятия студенты под руководством преподавателя более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывают и объясняют основные положения выступления.

Записи имеют первостепенное значение для самостоятельной работы обучающихся. Они помогают понять построение изучаемого материала, выделить основные положения и проследить их логику. Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. Следует помнить: у студента, систематически ведущего записи, создается свой индивидуальный фонд подсобных материалов для быстрого повторения прочитанного, для мобилизации накопленных знаний. Особенно важны и полезны записи тогда, когда в них находят отражение мысли, возникшие при самостоятельной работе. Важно развивать умение сопоставлять источники, продумывать изучаемый материал.

Большое значение имеет совершенствование навыков конспектирования. Преподаватель может рекомендовать студентам следующие основные формы записи план (простой и развернутый), выписки, тезисы. Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

План - это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

Конспект - это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект - это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект - это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

Ввиду трудоемкости подготовки к семинару следует продумать алгоритм действий, еще раз внимательно прочитать записи лекций и уже готовый конспект по теме семинара, тщательно продумать свое устное выступление.

На семинаре каждый его участник должен быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Необходимо следить, чтобы выступление не сводилось к репродуктивному уровню (простому воспроизведению текста), не допускать и простое чтение конспекта. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного.

Выступления других обучающихся необходимо внимательно и критически слушать, подмечать особенное в суждениях обучающихся, улавливать недостатки и ошибки. При этом обратить внимание на то, что еще не было сказано, или поддержать и развить интересную мысль, высказанную выступающим студентом. Изучение студентами фактического материала по теме практического занятия должно осуществляться заблаговременно. Под фактическим материалом следует понимать специальную литературу по теме занятия, систему нормативных правовых актов, а также арбитражную практику по рассматриваемым проблемам. Особое внимание следует обратить на дискуссионные теоретические вопросы в системе изучаемого вопроса: изучить различные точки зрения ведущих ученых, обозначить противоречия современного законодательства. Для систематизации основных положений по теме занятия рекомендуется составление конспектов.

Обратить внимание на:

- составление списка нормативных правовых актов и учебной и научной литературы по изучаемой теме;
- изучение и анализ выбранных источников;
- изучение и анализ арбитражной практики по данной теме, представленной в информационно-справочных правовых электронных системах и др.;
- выполнение предусмотренных программой заданий в соответствии с тематическим планом;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях;
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний, решения представленных в учебно-методических материалах кафедры задач, тестов, написания рефератов и эссе по отдельным вопросам изучаемой темы;

Семинарские занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а

также для контроля преподавателем степени подготовленности обучающихся по изучаемой дисциплине.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины для самостоятельной работы

Методика организации самостоятельной работы студентов зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, объема часов на ее изучение, вида заданий для самостоятельной работы студентов, индивидуальных особенностей студентов и условий учебной деятельности.

При этом преподаватель назначает студентам варианты выполнения самостоятельной работы, осуществляет систематический контроль выполнения студентами графика самостоятельной работы, проводит анализ и дает оценку выполненной работы.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в аудиторной и внеаудиторной формах. Самостоятельная работа обучающихся в аудиторное время может включать:

- конспектирование (составление тезисов) лекций, выполнение контрольных работ;
- решение задач;
- работу со справочной и методической литературой;
- работу с нормативными правовыми актами;
- выступления с докладами, сообщениями на семинарских занятиях;
- защиту выполненных работ;
- участие в оперативном (текущем) опросе по отдельным темам изучаемой дисциплины;
- участие в беседах, деловых (ролевых) играх, дискуссиях, круглых столах, конференциях;
- участие в тестировании и др.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время может состоять из:

- повторение лекционного материала;
- подготовки к семинарам (практическим занятиям);
- изучения учебной и научной литературы;
- изучения нормативных правовых актов (в т.ч. в электронных базах данных);
- решения задач, выданных на практических занятиях;
- подготовки к контрольным работам, тестированию и т.д.;
- подготовки к семинарам устных докладов (сообщений);
- подготовки рефератов, эссе и иных индивидуальных письменных работ по заданию преподавателя;
- выполнения курсовых работ, предусмотренных учебным планом;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях;
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний, решения представленных в учебно-методических материалах кафедры задач, тестов;
- написания рефератов и эссе по отдельным вопросам изучаемой темы.
- подготовки к семинарам устных докладов (сообщений);
- подготовки рефератов, эссе и иных индивидуальных письменных работ по заданию преподавателя;
- выполнения курсовых работ, предусмотренных учебным планом;
- выполнения выпускных квалификационных работ и др.
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях;

- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний, решения представленных в учебно-методических материалах кафедры задач, тестов;
- написания рефератов и эссе по отдельным вопросам изучаемой темы.

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено
печатью 30 лист 06
(прислать)
(количество листов (участков)
Единица измерения)

Проректор по научной и образовательной
деятельности АНО ВО «Международный
открытый социальный институт»
Романов

