

Негосударственное образовательное учреждение высшего образования  
«Московский социально-педагогический институт»  
Факультет коррекционной педагогики и специальной психологии

Утверждена  
на заседании УМС МСПИ

«03» марта 2025 г. протокол № 1

**Рабочая программа дисциплины**

**Б1.О.10 «Адаптационный семинар-тренинг»**

Направление подготовки

44.03.02 «Психолого-педагогическое образование» (уровень бакалавриата)

Направленность (профиль)

Психолого-педагогическое сопровождение инклюзивного образования

Форма обучения

Очно-заочная

Москва – 2025

## 1. Наименование дисциплины- «Адаптационный семинар-тренинг»

### 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

**Цель освоения дисциплины:** создание условий для адаптации студентов к условиям обучения в вузе, способствующих их личностному росту и профилактики социальной дезадаптации.

#### *Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины*

**Цель освоения дисциплины:** создание условий для адаптации студентов к условиям обучения в вузе, способствующих их личностному росту и профилактики социальной дезадаптации.

#### *Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины*

**УК-3** - Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

**УК-6** Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

**ОПК-6** Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

<b>Наименование категории (группы) компетенций</b>	<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Планируемые результаты обучения</b>
Командная работа и лидерство	<b>УК-3</b> Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	<b>знать:</b> – общие правила функционирования сферы финансов как составляющей социального взаимодействия; – принципы, правила и методы взаимодействия с финансовыми институтами и организациями в процессе осуществления финансовых операций; – источники информации о существующих финансовых продуктах, их производителях, существующих каналах получения информации и	<b>знать:</b> - особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий <b>уметь:</b> - работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия <b>владеть:</b> - навыками работы в команде.

		<p>консультационных услуг;  <b>уметь:</b>  – формировать деловые коммуникации в процессе финансовых операций;  – использовать информацию о существующих финансовых продуктах, их производителях, каналах получения информации и консультационных услуг в процессе принятия финансовых решений;  – осуществлять финансовое планирование и контроль личного бюджета и бюджета домохозяйства;  <b>владеть:</b>  – навыками и методами взаимодействия с финансовыми учреждениями (письменные и устные консультации, работа с персональным финансовым менеджером, порталами финансовых услуг и т.п.);  – методами финансового планирования, контроля личного бюджета, осознанного выбора финансовых продуктов и услуг с учётом информации об имеющихся возможностях и рисках</p>	
<p>Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)</p>	<p><b>УК-6</b> Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей</p>	<p><b>знать:</b>  – психологию личности, механизмы и факторы ее развития;  – методы самодиагностики развития личности;  – психологию деятельности и поведения;  – техники эффективного планирования;  – психологию стресса,</p>	<p><b>знать:</b> специфику работы в команде,  <b>уметь:</b> работать в команде  <b>владеть:</b> навыками самоорганизации и самообразования</p>

	жизни	<p>эмоций, техники и приемы психической саморегуляции;</p> <p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– действовать критично, выполнять анализ проделанной работы для достижения поставленной цели;</li> <li>– планировать свою деятельность (составлять общий план предстоящей деятельности, определять последовательность действий, организовывать рабочее место и временную организацию деятельности);</li> <li>– прогнозировать результат деятельности;</li> </ul> <p><b>владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методами самодиагностики развития личности;</li> <li>– методами и приемами проектной деятельности и управления временем;</li> <li>– методами организации учебно-профессиональной и досуговой деятельности.</li> </ul>	
Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности	<b>ОПК-6</b> Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	<p><b>Необходимые знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- педагогические закономерности организации образовательного процесса</li> <li>-теория и технологии учета возрастных особенностей обучающихся</li> <li>-закономерности формирования детско-взрослых сообществ, их социально-психологических особенности и закономерности развития детских и подростковых сообществ.</li> <li>-основы психодиагностики и основные признаки отклонения в развитии детей</li> </ul>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теорию и технологии учета возрастных особенностей обучающихся при проведении упражнений в команде</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать помощь любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния</li> </ul>

		<p><b>Необходимые умения</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-владеть профессиональной установкой на оказание помощи любому ребенку вне зависимости от его реальных учебных возможностей, особенностей в поведении, состояния психического и физического здоровья.</li> <li>-осуществлять (совместно с психологом и другими специалистами) психолого-педагогическое сопровождение основных общеобразовательных программ</li> <li>-разрабатывать и реализовывать индивидуальные образовательные маршруты, индивидуальные программы развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся</li> <li>-оценивать образовательные результаты: формируемые в преподаваемом предмете предметные и метапредметные компетенции, а также осуществлять (совместно с психологом) мониторинг личностных характеристик</li> </ul> <p><b>Трудовые действия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение и применение психолого-педагогических технологий (в том числе инклюзивных), необходимых для адресной работы с различными</li> </ul>	<p>психического и физического здоровья.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка.</li> <li>- системой регуляции поведения и деятельности обучающихся</li> </ul>
		<p>контингентами учащихся: одаренные дети, социально уязвимые дети, дети, попавшие в трудные</p>	

		<p>жизненные ситуации, дети-мигранты, дети-сироты, дети с особыми образовательными потребностями (аутисты, дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью и др.), дети с ограниченными возможностями здоровья, дети с девиациями поведения, дети с зависимостью.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применение инструментария и методов диагностики и оценки показателей уровня и динамики развития ребенка.</li> <li>- разработка (совместно с другими специалистами) и реализация совместно с родителями (законными представителями) программ индивидуального развития ребенка;</li> <li>- развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.</li> <li>- формирование системы регуляции поведения и деятельности обучающихся</li> </ul>	
--	--	---	--

### 3. Указание места дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.О.09 «Адаптационный семинар-тренинг» относится к обязательной части и изучается в 1 семестре.

### 4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономически часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Объем дисциплины в зачетных единицах составляет – 2 з.е.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем – 32,

в том числе на:

лекции – 0,

лабораторные занятия – 0,

практические занятия (семинары) – 32,

количество академических часов, выделенных на самостоятельную работу обучающихся – 32,

количество академических часов, выделенных на контроль – 8.

### 5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий

№ п/п	Темы (разделы) дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов, и трудоемкость в часах				Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Контактная работа			Самостоятельная работа	
			Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия / семинары		
1.	Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации	1	0		6	14	Личное участие в тренинге (контр. точ. № 1)  Демонстрация презентаций №1.
2.	Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога.	1	0		6	16	Личное участие в тренинге (контр. точ. № 2)

							Контрольная работа
3.	Технологии повышения адаптированности личности.	1	0		6	16	Личное участие в тренинге <i>(контр. точ. № 3)</i>  Демонстрация презентаций №2
	<b>Итого: 72 академ. часа</b>		<b>0</b>		<b>18</b>	<b>46</b>	<b>8-контроль зачет</b>

### Содержание разделов дисциплины

№	Раздел	Темы лекций	Темы практических занятий
1	Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации	Не предусмотрены	1. 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).  2. Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач.
			Мотивация учебной деятельности. Мотивация профессионального развития.

			<p>3. Феномен адаптации в психологии личности. Три направления исследований в области адаптации. Многомерность явления адаптации. Концептуальная схема адаптации. Механизмы адаптации индивида (психическая устойчивость, биоритмы, адаптационный синдром).</p>
2	Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога.	Не предусмотрены	<p>1. Специфика учебной деятельности студентов вуза. Психологическая структура адаптации к обучению в вузе. Общая схема адаптации студентов вуза. Построение модели адаптации обучения в вузе.</p> <p>2. Стресс в педагогической деятельности. Особенности деятельности педагога и его стрессогенность. Личностно-субъективные характеристики педагога и его стрессоустойчивость.</p> <p>3. Профессиональная Я-концепция педагога. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога.</p>
3	Технологии повышения адаптированности личности.	Не предусмотрены	<p>1. Способы регуляции психофизиологического состояния.</p> <p>2. Саморегуляция психических состояний.</p>

			3. Психотехники регуляции психических состояний.
--	--	--	--

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

**Раздел 1. Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации**

### Вопросы для подготовки

1. Какие компоненты адаптационного процесса вы знаете?
2. Какие определения адаптации Вам известны? Дайте их сравнительную характеристику.
3. В каком направлении адаптация изучается вне контекста конкретной предметной и профессиональной деятельности?
4. Объясните суть психофизиологического подхода к изучению адаптации. Почему адаптация является комплексным феноменом?
5. Определите характеристики адаптации человека как индивида, как личности, как субъекта деятельности
6. Как взаимосвязаны адаптация и интеллект?
7. Объясните суть теории социального научения
8. Определите роль личности в адаптационном процессе
9. Как взаимосвязаны мотивация и адаптация?

### Задания для самостоятельной работы

Подготовка презентаций на одну из следующих тем:

1. Мотивация и адаптация к учебной деятельности
2. Адаптация к учебной деятельности студентов вуза
3. Мотивация и профессиональная направленность личности
4. Индивидуальный уровень адаптивности. Адаптация и биоритмы
5. Психодиагностика социальной адаптации
6. Адаптация и стрессоустойчивость
7. Индивидуально-личностные характеристики и адаптация
8. Роль личности в адаптационном процессе
9. Стресс как системная мотивация человека

### Обязательная литература

1. Левкин, В.Е. Тренинг эффективного общения : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 142 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 131-139. - ISBN 978-5-4475-8771-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450204>
2. Левкин, В.Е. Тренинг сензитивности : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 150 с. : ил. - Библиогр.: с. 136-146. - ISBN 978-5-4475-8757-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207>

## Дополнительная литература

1. Марусева, И.В. Современная педагогика (с элементами педагогической психологии) : учебное пособие для вузов / И.В. Марусева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 624 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-4912-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279291>
2. Шапиро, С.А. Практикум по дисциплине «Мотивация трудовой деятельности» : учебное пособие / С.А. Шапиро, О.В. Шатаева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 87 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3673-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272158>

## **Раздел 2. Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога.**

1. В чем заключается специфика учебной деятельности студентов вуза?
2. Определите психологическую структуру адаптации к обучению в вузе.
3. Какие этапы можно выделить в процессе адаптации студентов вуза?
4. Опишите модель адаптации обучения в вузе А.А Реан.
5. С какими трудностями сталкиваются студенты в процессе адаптации к обучению в вузе?
6. В чем заключается влияние социально-психологического климата учебной группы на адаптационный процесс студентов?
7. Неформальное лидерство в студенческой среде и адаптация
8. Какие личностные новообразования характерны для студентов в связи с новой социальной ролью и изменившимися условиями жизнедеятельности?
9. Какие стресс-факторы возможны в деятельности педагога?
10. Какие личностно-субъективные характеристики педагога взаимосвязаны со стрессоустойчивостью?
11. Факторы стрессоустойчивости учителя
12. Механизмы стрессоустойчивости педагогов
13. Самоорганизация и самообразование

### **Задания для самостоятельной работы**

Подготовка презентации на одну из следующих тем:

1. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога (А.А. Реан, А.А. Баранов, А.Р. Кудашев).
2. Роль кураторов и тьюторов в адаптационном процессе студентов вуза
3. Роль самоорганизации и самообразования в адаптации студентов и педагогов

### **Обязательная литература**

1. Левкин, В.Е. Тренинг эффективного общения : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 142 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 131-139. - ISBN 978-5-4475-8771-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450204>
2. Левкин, В.Е. Тренинг сензитивности : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 150 с. : ил. - Библиогр.: с. 136-146. - ISBN 978-5-4475-8757-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207>

### **Дополнительная литература**

1. Марусева, И.В. Современная педагогика (с элементами педагогической психологии) : учебное пособие для вузов / И.В. Марусева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 624 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-4912-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279291>
2. Шапиро, С.А. Практикум по дисциплине «Мотивация трудовой деятельности» : учебное пособие / С.А. Шапиро, О.В. Шатаева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 87 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3673-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272158>

### **Раздел 3. Технологии повышения адаптированности личности.**

#### **Вопросы для подготовки**

1. Как Вы понимаете понятие «личностный потенциал»?
2. Что такое личностный рост?
3. Какие техники, увеличивающие личностный адаптационный потенциал, Вы знаете?
4. Дайте определение креативности
5. Как самооценка влияет на адаптивные возможности личности?
6. Что такое персональное лидерство?

#### **Задания для самостоятельной работы**

Подготовить презентации на темы:

Технологии повышения адаптированности личности (на примере одной технологии).

Командная работа как технология повышения адаптированности личности

#### **Обязательная литература**

3. Левкин, В.Е. Тренинг эффективного общения : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 142 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 131-139. - ISBN 978-5-4475-8771-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450204>
4. Левкин, В.Е. Тренинг сензитивности : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 150 с. : ил. - Библиогр.: с. 136-146. - ISBN 978-5-4475-8757-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207>

#### **Дополнительная литература**

3. Марусева, И.В. Современная педагогика (с элементами педагогической психологии) : учебное пособие для вузов / И.В. Марусева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 624 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-4912-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279291>
4. Шапиро, С.А. Практикум по дисциплине «Мотивация трудовой деятельности» : учебное пособие / С.А. Шапиро, О.В. Шатаева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 87 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3673-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272158>

### **Методические рекомендации по организации самостоятельной работы студентов**

Создание *презентаций* - это вид самостоятельной работы студентов по созданию наглядных информационных пособий. Этот вид работы требует координации навыков студента по сбору, систематизации, переработке информации, оформления ее в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде. То

есть создание материалов- презентаций расширяет методы и средства обработки и представления учебной информации, формирует у студентов навыки работы на компьютере. Презентации готовятся студентом в виде слайдов. В качестве материалов- презентаций могут быть представлены результаты любого вида внеаудиторной самостоятельной работы, по формату соответствующие режиму презентаций Серией слайдов он передаёт содержание темы своего исследования, её главную проблему и социальную значимость. Слайды позволяют значительно структурировать содержание материала и, одновременно, заостряют внимание на логике его изложения. Происходит постановка проблемы, определяются цели и задачи, формулируются вероятные подходы её разрешения. Слайды презентации должны содержать логические схемы реферируемого материала. Студент при выполнении работы может использовать картографический материал, диаграммы, графики, звуковое сопровождение, фотографии, рисунки и другое. Каждый слайд должен быть аннотирован, то есть он должен сопровождаться краткими пояснениями того, что он иллюстрирует. Во время презентации студент имеет возможность делать комментарии, устно дополнять материал слайдов. После проведения демонстрации слайдов студент должен дать личную оценку социальной значимости изученной проблемной ситуации и ответить на заданные вопросы. Роль студента: изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное; установить логическую связь между элементами темы; представить характеристику элементов в краткой форме; выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы; оформить работу и предоставить к установленному сроку.

#### **Требования к оформлению презентации:**

<p><b>Основные слайды презентации</b></p>	<p>Титульный лист. Название темы. Раскрывающий тему подзаголовок. Слайд с контактной информацией (фото автора, ФИО, группа) Основные пункты презентации. Материал излагается на слайдах в соответствии с логикой изложения его в пояснительной записке к проекту. Главная задача презентации – <b>иллюстрировать</b> текстовой материал проекта, а не дублировать его. Завершающий слайд. Выводы. Итоги. Кратко излагается заключение из пояснительной записки Список источников</p>
<p><b>Воздействие цвета</b></p>	<p>На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста. Для фона и текста используются контрастные цвета.</p>
<p><b>Размещение изображений (фотографий)</b></p>	<p>Материалы располагаются на слайдах так, чтобы слева, справа, сверху, снизу от края слайда оставались свободные поля.</p>
<p><b>Анимационные эффекты</b></p>	<p><b>Анимация не должна быть навязчивой.</b> <b>Не допускается</b> использование побуквенной и аналогичной анимации текста, а также сопровождение появления текста звуковыми эффектами (из стандартного набора звуков PowerPoint) <b>Не рекомендуется</b> применять эффекты анимации к заголовкам, особенно такие, как «Вращение», «Спираль» и т.п.</p>
<p><b>Использование списков</b></p>	<p>Списки использовать только там где они нужны. Списки из большого числа пунктов не приветствуются. Возможно, использовать 3 - 7 пунктов. Большие списки и таблицы разбивать на 2 слайда.</p>

<b>Расположение информации на странице</b>	Тест форматруется по правому или левому полю, в зависимости от того, слева от текста или справа расположена картинка, чтобы «уравновесить» слайд.
<b>Шрифт</b>	Текст должен быть хорошо виден. Размер шрифта не должен быть мелким. Самый «мелкий» для презентации - шрифт <b>24 пт.</b> Отказаться от курсива. Использовать шрифты без засечек (их легче читать): <b>Arial, Verdana.</b> Межстрочный интервал полуторный. Устанавливать единый стиль шрифта для всей презентации.
<b>Способы выделения информации</b>	Следует использовать: разные приемы, но в едином стиле: рамки, границы, заливку, разные цвета шрифтов, штриховку, стрелки, автофигуры. Если хотите привлечь внимание к информации, используйте: рисунки, диаграммы, схемы.
<b>Объем информации</b>	Не заполнять один слайд слишком большим объемом информации. Ключевые пункты отображать по одному на каждом отдельном слайде.
<b>Звук</b>	Музыка должна быть ненавязчивая, её выбор должен быть оправдан темой.
<b>Виды слайдов</b>	Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами и графиками с картинками и фотографиями
<b>Требования к завершающим слайдам презентации</b>	Не следует в презентации использовать последний слайд с словами типа «спасибо», «конец»

Тема презентации выбирается обучающимися из предложенных преподавателем.

## 7. Фонд оценочных средств (оценочных и методических материалов) для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

### 7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код компетенции	Этап базовой подготовки	Этап расширения и углубления подготовки	Этап профессионально-практической подготовки
-----------------	-------------------------	---	--

ОК-6	Адаптационный	-	-
	семинар-тренинг, Деонтология в профессиональной деятельности дефектолога		

## 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

### Показатели оценивания компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения учебной дисциплины

№	Разделы дисциплины	Формируемые компетенции	Показатели сформированности (в терминах «знать», «уметь», «владеть»)
1	Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации	ОК-6	<b>знать:</b> специфику работы в команде, особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий <b>уметь:</b> работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия <b>владеть:</b> навыками работы в команде. навыками самоорганизации и самообразования
2	Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога.	ОК-6	<b>знать:</b> специфику работы в команде, особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий <b>уметь:</b> работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия <b>владеть:</b> навыками работы в команде. навыками самоорганизации и самообразования
3	Технологии повышения адаптированности личности.	ОК-6	<b>знать:</b> специфику работы в команде, особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий <b>уметь:</b> работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия <b>владеть:</b> навыками работы в команде. навыками самоорганизации и самообразования

## Критерии оценивания компетенций

Код компетенции	Минимальный уровень	Базовый уровень	Высокий уровень
ОК-6	<p><b>Имеет фрагментарные знания</b> специфики работы в команде, особенностей восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>испытывает затруднения в процессе</b> работы в команде, толерантного восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>Испытывает затруднения во владении</b> навыками работы в команде, навыками самоорганизации и самообразования</p>	<p><b>Допускает незначительные ошибки в знания</b> специфики работы в команде, особенностей восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>Допускает неточности в процессе</b> работы в команде, толерантного восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>Испытывает некоторые затруднения во владении</b> навыками работы в команде, навыками самоорганизации и самообразования</p>	<p><b>Демонстрирует полные знания</b> специфики работы в команде, особенностей восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>Демонстрирует умения в процессе</b> работы в команде, толерантного восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>Владеет навыками</b> работы в команде, навыками самоорганизации и самообразования</p>

### Оценочные средства и шкалы оценивания

Оценочные средства для текущего контроля успеваемости в рамках освоения дисциплины:

- контрольная работа,
- демонстрация презентаций

#### *Критерии и шкала оценивания контрольной работы*

Предел длительности контроля	
Шкала оценки	Критерии оценки

5 (отлично)	даны исчерпывающие и обоснованные ответы на все поставленные вопросы, правильно и рационально (с использованием рациональных методик) решены практические задачи; при ответах выделялось главное, все теоретические положения умело увязывались с требованиями руководящих документов; ответы были четкими и краткими, а мысли излагались в логической последовательности; показано умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
4 (хорошо)	даны полные, достаточно обоснованные ответы на поставленные вопросы, правильно решены практические задания; при ответах не всегда выделялось главное, отдельные положения недостаточно увязывались с требованиями руководящих документов, при решении практических задач не всегда использовались рациональные методики расчётов; ответы в основном были краткими, но не всегда четкими.
3 (удовлетворительно)	даны в основном правильные ответы на все поставленные вопросы, но без должной глубины и обоснования, при решении практических задач студент использовал прежний опыт и не применял новые методики выполнения расчётов и экспресс оценки показателей эффективности управления организацией, однако, на уточняющие вопросы даны правильные ответы; при ответах не выделялось главное; ответы были многословными, нечеткими и без должной логической последовательности; на отдельные дополнительные вопросы не даны положительные ответы.
2 (неудовлетворительно)	Затрудняется при выполнении практических задач, в выполнении своей роли, работа проводится с опорой на преподавателя или других студентов.

### ***Критерии и шкала оценивания демонстрации презентации***

Предел длительности контроля	7-10 минут
Шкала оценки	Критерии оценки
5 (отлично)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• содержание соответствует теме, информация изложена четко и логично, является достоверной;</li> <li>• количество слайдов – в пределах 20;</li> <li>• присутствует творческий, оригинальный подход;</li> </ul>
4 (хорошо)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• содержание соответствует теме, информация, в целом, изложена четко и логично, является достоверной;</li> <li>• количество слайдов – в пределах 15.</li> </ul>

3 (удовлетворительно)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• количество слайдов – в пределах 10;</li> <li>• тема раскрыта поверхностно;</li> <li>• презентация перегружена текстом.</li> </ul>
2 (неудовлетворительно)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• количество слайдов менее 10, тема нераскрыта.</li> </ul>

**7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### КАРТА ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

№	Раздел рабочей программы	Показатели оценивания	Формируемые компетенции (или их части)	Оценочные средства
1	Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации	<p><b>знать:</b> специфику работы в команде, особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>уметь:</b> работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия</p> <p><b>владеть:</b> навыками работы в команде. навыками самоорганизации и самообразования</p>	ОК-6	<p>Демонстрация презентаций №1.</p> <p>Личное участие в тренинге</p>
2	Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога.	<p><b>знать:</b> специфику работы в команде, особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>уметь:</b> работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия</p> <p><b>владеть:</b> навыками работы в команде. навыками самоорганизации и</p>	ОК-6	<p>Личное участие в тренинге</p> <p>Контрольная работа</p>

		самообразования		
3	Технологии повышения адаптированности личности.	<p><b>знать:</b> специфику работы в команде, особенности восприятия социальных, культурных и личностных различий</p> <p><b>уметь:</b> работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные и личностные различия</p> <p><b>владеть:</b> навыками работы в команде. навыками самоорганизации и самообразования</p>	ОК-6	<p>Личное участие в тренинге</p> <p>Демонстрация презентаций №2.</p>

**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины:**

### Тематика презентаций

#### Тема 1.

1. Мотивация и адаптация к учебной деятельности
2. Адаптация к учебной деятельности студентов вуза
3. Мотивация и профессиональная направленность личности
4. Индивидуальный уровень адаптивности. Адаптация и биоритмы
5. Психодиагностика социальной адаптация
6. Адаптация и стрессоустойчивость
7. Индивидуально-личностные характеристики и адаптация
8. Роль личности в адаптационном процессе
9. Стресс как системная мотивация человека

#### Тема 3.

1. Технологии повышения адаптированности личности (на примере одной технологии).
2. Командная работа как технология повышения адаптированности личности

### Тематика контрольных работ

- 1.Специфика учебной деятельности студентов вуза.
- 2.Психологическая структура адаптации к обучению в вузе.
- 3.Общая схема адаптации студентов вуза. Построение модели адаптации обучения в вузе.
- 4.Стресс в педагогической деятельности.

5. Особенности деятельности педагога и его стрессогенность.
6. Личностно-субъективные характеристики педагога и его стрессоустойчивость.
7. Профессиональная Я-концепция педагога.
8. Психологическая модель стрессоустойчивости педагога.

### **КАРТА ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ПРОВОДИМОЙ В ФОРМЕ ЗАЧЕТА**

№ п/п	Раздел рабочей программы	Формируемые компетенции	Оценочное средство (вопросы к зачету)
1	Когнитивные и социальные особенности адаптации. Поведенческие подходы к адаптации	ОК-6	<b>Вопросы 1-8</b>
2	Адаптация к обучению в вузе. Адаптация и стрессоустойчивость педагога.	ОК-6	<b>Вопросы 9-21</b>
3	Технологии повышения адаптированности личности.	ОК-6	<b>Вопросы 22 - 28</b>

**Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета.**

#### **Вопросы к зачету**

1. Охарактеризуйте компоненты адаптационного процесса.
2. Дайте сравнительную характеристику определений адаптации.
3. Направления изучения адаптации.
4. Психофизиологический подход к изучению адаптации.
5. Дайте характеристики адаптации человека как индивида, как личности, как субъекта деятельности
6. Теория социального научения
7. Роль личности в адаптационном процессе
8. Взаимосвязь мотивации к профессиональной деятельности и адаптации.
9. Специфика учебной деятельности студентов вуза.
10. Структура адаптации к обучению в вузе.
11. Этапы адаптации к обучению у студентов вуза.
12. Модель адаптации обучения в вузе А.А Реан.
13. Трудности адаптации к обучению в вузе.
14. Влияние социально-психологического климата учебной группы на адаптационный процесс студентов.

15. Неформальное лидерство в студенческой среде и адаптация
16. Какие личностные новообразования характерны для студентов в связи с новой социальной ролью и изменившимися условиями жизнедеятельности?
17. Стресс-факторы деятельности педагога.
18. Какие личностно-субъективные характеристики педагога взаимосвязаны со стрессоустойчивостью?
19. Факторы стрессоустойчивости учителя
20. Механизмы стрессоустойчивости педагогов
21. Самоорганизация и самообразование
22. Как Вы понимаете понятие «личностный потенциал»?
23. Что такое личностный рост?
24. Какие техники, увеличивающие личностный адаптационный потенциал, Вы знаете?
25. Дайте определение креативности
26. Как самооценка влияет на адаптивные возможности личности?
27. Что такое персональное лидерство?
28. Влияние осознания социальной значимости своей будущей профессии на адаптацию в вузе.

**7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Особенности процедур текущей и промежуточной аттестации описаны в «Положении о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в НОУ ВО «МСПИ»», утвержденном Приказом ректора № 55/14 от 31.08.2022 г.

К прохождению промежуточной аттестации по дисциплине в форме зачёта допускается студент при условии успешного выполнения всех заданий, предусмотренных в рамках текущего контроля успеваемости в рабочей программе дисциплины.

**Оценивание уровня сформированности компетенций студентов на промежуточной аттестации, проводимой в форме зачета**

Шкала оценивания	Уровень сформированности компетенций	Описание критериев оценивания
Зачтено	Высокий уровень (5 баллов)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дан развернутый ответ на поставленные вопросы, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине</li> <li>- В ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий</li> <li>- Ответ изложен литературным языком с использованием современной терминологии</li> <li>- Могут быть допущены недочеты в определении</li> </ul>
		понятий, исправленные студентом самостоятельно в

		процессе ответа
	Базовый уровень (4 балла)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Дан развернутый ответ на поставленный вопрос</li> <li>- Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии</li> <li>- Могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя</li> </ul>
	Минимальный уровень (3 балла)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Логика и последовательность изложения имеют нарушения</li> <li>- Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов</li> <li>- В ответе отсутствуют выводы</li> <li>- Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано</li> <li>- Речевое оформление требует поправок, коррекции</li> </ul>
Не зачтено	Компетенция не сформирована	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросам</li> <li>-Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения</li> <li>-Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения</li> <li>- Речь неграмотная</li> <li>- Гистологическая терминология не используется</li> <li>-Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента</li> <li>- Ответ на вопрос полностью отсутствует или отказ от ответа</li> </ul>

## 8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

### 8.1. Обязательная литература

1. Левкин, В.Е. Тренинг эффективного общения : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 142 с. : ил., табл. - Библиогр.: с. 131-139. - ISBN 978-5-4475-8771-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450204>
2. Левкин, В.Е. Тренинг сензитивности : учебное пособие / В.Е. Левкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. - 150 с. : ил. - Библиогр.: с. 136-146. - ISBN 978-5-4475-8757-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450207>

### 8.2. Дополнительная литература

1. Марусева, И.В. Современная педагогика (с элементами педагогической психологии) : учебное пособие для вузов / И.В. Марусева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 624 с. : ил. - ISBN 978-5-4475-4912-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=279291>

2. Шапиро, С.А. Практикум по дисциплине «Мотивация трудовой деятельности» : учебное пособие / С.А. Шапиро, О.В. Шатаева. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 87 с. : табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-3673-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272158>

**9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины.**

№	Название	Интернет-ссылка
<b>Электронные библиотеки</b>		
1.	Он-лайн педагогическая библиотека	<a href="http://www.pedlib.ru">http://www.pedlib.ru</a>
2.	Файловый архив для студентов	<a href="https://studfiles.net/">https://studfiles.net/</a>
3.	Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)	<a href="http://almanah.ikprao.ru/https://icdlib.nspu.ru/">http://almanah.ikprao.ru/https://icdlib.nspu.ru/</a>
4.	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС Россия)	<a href="http://www.ikprao.ru/">http://www.ikprao.ru/</a> <a href="http://uisrussia.msu.ru">http://uisrussia.msu.ru</a>
5.	Научно-методический журнал Института коррекционной педагогики Российской Академии Образования, электронное издание. Здесь можно найти интересные статьи и книги по коррекционной педагогике и психологии	<a href="http://almanah.ikprao.ru/">http://almanah.ikprao.ru/</a>
6.	Сайт ИКПРАО, содержит статьи, книги, методики <a href="https://dohcolonoc.ru/cons/3167-metodicheskie-rekomendatsii-pedagogam-rabotayushchim-s-detmi-doshkolnogo-voznrasta-s-zaderzhkoj-psikhicheskogo-razvitiya.html">https://dohcolonoc.ru/cons/3167-metodicheskie-rekomendatsii-pedagogam-rabotayushchim-s-detmi-doshkolnogo-voznrasta-s-zaderzhkoj-psikhicheskogo-razvitiya.html</a> - содержит методические рекомендации	<a href="http://www.ikprao.ru">http://www.ikprao.ru</a>

**10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

**Методические рекомендации по освоению дисциплины для обучающихся**

Основной целью дисциплины «Адаптационный семинар-тренинг» осуществляется в ходе работы на практических (семинарских) занятиях и в процессе самостоятельной работы: изучение и конспектирование научной литературы, написание эссе, демонстрации презентации, защиты проекта, контрольной работы.

**Работа с рекомендованной литературой**

При работе с основной и дополнительной литературой целесообразно придерживаться такой последовательности. Сначала прочитать весь заданный текст в быстром темпе. Цель такого чтения заключается в том, чтобы создать общее представление об изучаемом материале, понять общий смысл прочитанного. Затем прочитать вторично, более медленно, чтобы в ходе чтения понять и запомнить смысл каждой фразы, каждого положения и вопроса в целом.

Чтение приносит пользу и становится продуктивным, когда сопровождается записями. Это может быть составление плана прочитанного текста, тезисы или выписки, конспектирование и др. Выбор вида записи зависит от характера изучаемого материала и целей работы с ним. Если содержание материала несложное, легко усваиваемое, можно ограничиться составлением плана. Если материал содержит новую и трудно усваиваемую информацию, целесообразно его законспектировать.

В процессе изучения материала источника и составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым и удобным для работы.

### **Подготовка к практическому занятию (семинару)**

Для успешного освоения материала студентам рекомендуется сначала ознакомиться с учебным материалом, изложенным в лекциях и основной литературе, затем выполнить самостоятельные задания, при необходимости обращаясь к дополнительной литературе.

При подготовке к практическому занятию (семинару) можно выделить 2 этапа:

- организационный,
- закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания 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 наиболее важная и сложная часть, требующая пояснений преподавателя в процессе контактной работы со студентами. Остальная его 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, разобраться в иллюстративном материале, задачах. Заканчивать подготовку следует составлением плана (перечня основных пунктов) по изучаемому материалу (вопросу). Такой план позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам и структурировать изученный материал. Целесообразно готовиться к практическим (семинарским) занятиям за 1- 2 недели до их начала, а именно: на основе изучения рекомендованной литературы выписать в контекст основные категории и понятия по учебной дисциплине, подготовить развернутые планы ответов и краткое содержание выполненных заданий.

Студент должен быть готов к контрольным работам.

**Контрольная работа** – письменная работа небольшого объема, предполагающая проверку знаний заданного к изучению материала. Написание контрольной работы практикуется в учебном процессе в целях приобретения студентом необходимой профессиональной подготовки, развития умения и навыков самостоятельного научного поиска: изучения литературы по выбранной теме, анализа различных источников и точек зрения, обобщения материала, выделения главного, формулирования выводов и т. п. С помощью контрольной работы студент постигает наиболее сложные проблемы курса, учится лаконично излагать свои мысли, правильно оформлять работу.

### **Методические рекомендации студентам по подготовке к зачету**

При подготовке к зачету студент должен повторно изучить конспекты лекций и рекомендованную литературу, просмотреть решения основных задач, решенных самостоятельно и на практических занятиях (семинарах), а также составить письменные ответы на все вопросы, вынесенные на зачет.

**11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.**

В процессе освоения дисциплины предполагается использование информационных технологий, обеспечивающих подготовку презентационных материалов в следующем составе:

1. MS Windows 8.1 64 bit (код продукта:00268-20151-08766-AAOEM) действие бессрочно
2. MS Office 2013 для дома и бизнеса (№ продукта ВКВД3-98NC2-НН6QH-3ХRYX-YDTKD) – действие бессрочно

**12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Для обеспечения данной дисциплины необходима аудитория, оснащенная специализированной мебелью и техническими средствами обучения: мультимедийным комплексом с доступом к сети Интернет.

**13. Организация обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование», направленность (профиль): Психолого-педагогическое сопровождение инклюзивного образования  
Рабочая программа дисциплины  
«Адаптационный семинар-тренинг»

Составитель:  
Специалист по УМР., Никитина А.А.

Отв. редактор:  
Прокопенко А.Ю., декан факультета коррекционной педагогики и специальной психологии, кандидат педагогических наук