

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
Должность: и.о. ректора
Дата подписания: 20.05.2024 10:45:23
Уникальный программный ключ:
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«ТОМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Председатель КСН

 О.Н. Кузяков

« 30 » 08 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

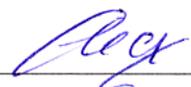
дисциплины:
направление подготовки:
направленность (профиль):
форма обучения:

Личностное развитие
09.03.01 Информатика и вычислительная техника
Автоматизированные системы обработки
информации и управления
очная, заочная

Рабочая программа разработана в соответствии с утвержденным учебным планом от 22.04.2019 г. и требованиями ОПОП ВО по направлению подготовки 09.03.01 Информатика и вычислительная техника, направленность (профиль) - Автоматизированные системы обработки информации и управления, к результатам освоения дисциплины.

Рабочая программа рассмотрена
на заседании кафедры гуманитарных наук и технологий
Протокол № 1 от «30» августа 2019 г.

Заведующий кафедрой

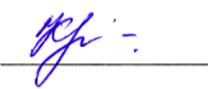
 Л.Л. Мехришвили

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой КС
« 30 » 08 2019 г.

 О.Н. Кузяков

Рабочую программу разработал:

Я.В. Крючева, доцент кафедры ГНТ ИСОУ ТИУ, 
канд. пед. наук, доцент

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – содействие непрерывному развитию личности, реализации ее индивидуального потенциала, удовлетворение потребностей личности в самоопределении и саморазвитии.

Задачи дисциплины:

1. Определение понятий и целей личностного развития, выделение видов саморазвития и самосовершенствования.
2. Овладение средствами и способами самопознания, самоопределения, саморегуляции и самореализации.
3. Создание условий для коррекции образа «Я» и формирования адекватной «Я-концепции».

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина относится к дисциплинам обязательной части учебного плана.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

знания:

- возможных сфер и направлений личностной самореализации; приемов и технологий целеполагания и целереализации; путей достижения более высоких уровней профессионального и личного развития;

умения:

- формулировать цели профессионального и личностного развития, оценивать свои возможности, реалистичность и адекватность намеченных способов и путей достижения планируемых целей;

владения:

- приемами целеполагания, планирования, реализации необходимых видов деятельности, оценки и самооценки результатов деятельности по решению профессиональных задач; приемами выявления и осознания своих возможностей, личностных и профессионально-значимых качеств с целью их совершенствования

Содержание дисциплины служит основой для освоения дисциплин «Командообразование», «Карьерный менеджмент».

3. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК) ¹	Код и наименование результата обучения по дисциплине (модулю)
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Знать: УК-6.310 -основные принципы самовоспитания и самообразования, исходя из требований рынка труда	Знать: 31- знает возможности и варианты личностного роста индивида
	Уметь: УК-6.У11 -демонстрировать умение самоконтроля и рефлексии, позволяющие самостоятельно корректировать обучение по выбранной траектории;	Уметь: У1- умеет использовать методы самообразования и саморегуляции поведения
	Владеть: УК-6.В10 -способами управления своей познавательной деятельностью и удовлетворять образовательные интересы и потребности	Владеть: В1- владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности

4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.			Самостоятельная работа, час.	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия		
очная	1/1	-	34	-	38	зачет
заочная	2/4	-	10	-	62	зачет

5. Структура и содержание дисциплины

5.1. Структура дисциплины

- очная форма обучения (ОФО)

Таблица 5.1.1

№ п/п	Структура дисциплины		Аудиторные занятия, час.			СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	1	Саморазвитие и личностный рост	-	14	-	8	22	УК-6.310 УК-6.У11	Тренинговые упражнения, практические задания
2	2	Основы самоорганизации и самообразования	-	20	-	14	34	УК-6.В10	Эссе, реферат, деловая игра
3	Зачет		-	-	-	16	16	УК-6.310 УК-6.У11 УК-6.В10	
Итого:			-	34	-	38	72		

- заочная форма обучения (ЗФО)

Таблица 5.1.2

№ п/п	Структура дисциплины	Аудиторные занятия, час.	СРС, час.	Всего, час.	Код ИДК	Оценочные средства
-------	----------------------	--------------------------	-----------	-------------	---------	--------------------

	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.				
1	1	Саморазвитие и личностный рост	-	6	-	12	18	УК-6.310 УК-6.У11	Тренинговые упражнения, практические задания
2	2	Основы самоорганизации и эффективного взаимодействия	-	4	-	14	18	УК-6.В10	Эссе, реферат, деловая игра
3	Контрольная работа		-	-	-	20	20	УК-6.310	Устная защита
4	Зачет		-	-	-	16	16	УК-6.У11 УК-6.В10	
Итого:			-	10	-	62	72		

- очно-заочная форма обучения (ОЗФО)

Не реализуется.

5.2. Содержание дисциплины.

5.2.1. Содержание разделов дисциплины (дидактические единицы).

Раздел 1. «Саморазвитие и личностный рост».

Тема 1: Введение

Знакомство, безопасность, постановка целей. Ресурсы. Ценности и смыслы. Восприятие себя и партнера.

Тема 2: Понятие личности в психологии

Основные характеристики личности. Структура личности с позиций психологов разных направлений. Основные концепции развития личности.

Тема 3: Личностный потенциал

Индивидуальные психологические особенности личности. Темперамент. Характер. Способности. Воля как форма активности личности. Волевые качества личности и условия воспитания воли.

Тема 4: Препятствия и ресурсы личностного развития

Определение жизненных стратегий. Развитие способности к самоанализу. Жизненные цели. Моя будущая профессия. Мои планы на будущее. Барьеры личностного роста, ресурсы личностного роста.

Раздел 2. «Основы самоорганизации и эффективного взаимодействия»

Тема 5: Самоорганизация обучения в вузе

Адаптация к условиям обучения в ВУЗе. Управление ресурсами учебной деятельности на ближайший семестр. Индивидуальные затруднения в планировании учебной и внеучебной студенческой деятельности. Ценности и смыслы в контексте учебной деятельности. Коллективный образ идеального студента с выделением (указанием) ресурсов учебной коллективной и индивидуальной деятельности.

Тема 6: Условия и способы эффективного общения

Понятие общения. Виды и функции общения. Формирование коммуникативной компетентности. Эмпатия в группе. Развитие навыков эффективного общения. Мой статус в группе. Коммуникативные барьеры.

Тема 7: Основы бесконфликтного взаимодействия

Понятие конфликта. Виды и причины конфликтов. Структура и динамика конфликта. Тактики поведения в конфликтной ситуации. Преодоление конфликтов.

Тема 8: Приемы и техники саморегуляции

Понятие эмоциональной устойчивости. Формирование позитивного восприятия себя. Развитие способности к конструктивному разрешению проблем. Понятие стресса и стрессоустойчивости. Психотехнические приемы оказания помощи в острых стрессовых ситуациях. Развитие навыков психологической саморегуляции.

5.2.2. Содержание дисциплины по видам учебных занятий.

Лекционные занятия

Лекционные занятия учебным планом не предусмотрены.

Практические занятия

Таблица 5.2.1

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема лекции
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	1	4	2	0	Введение
2		4	2	0	Понятие личности в психологии
3		4	2	0	Личностный потенциал
4		4	0	0	Препятствия и ресурсы личностного развития
5	2	4	0	0	Самоорганизация обучения в вузе
6		4	2	0	Условия и способы эффективного общения
7		4	2	0	Основы бесконфликтного взаимодействия
8		6	0	0	Приемы и техники саморегуляции
Итого:		34	10	0	

Лабораторные работы

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены

Самостоятельная работа студента

Таблица 5.2.2

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема	Вид СРС
		ОФО	ЗФО	ОФО		
1	1	2	2	0	Введение	Написание эссе
2		2	2	0	Понятие личности в психологии	
3		2	4	0	Личностный потенциал	Написание реферата
4		2	4	0	Препятствия и ресурсы личностного развития	Анализ практических ситуаций
5	2	4	4	0	Самоорганизация обучения в вузе	Заполнение дневника самонаблюдений
6		4	4	0	Условия и способы эффективного общения	Анализ практических ситуаций
7		4	4	0	Основы бесконфликтного взаимодействия	Написание эссе
8		2	2	0	Приемы и техники саморегуляции	Выполнение письменных домашних заданий
9		0	20	0	Представлено 5 вариантов контрольных работ	Выполнение контрольной работы
10	1,2	16	16	0		Подготовка к зачету
Итого:		38	62	0		

5.2.3. Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- тренинг (практические занятия);
- работа в малых группах (практические занятия);
- разбор практических ситуаций (практические занятия).

6. Тематика курсовых работ/проектов

Курсовые работы/проекты учебным планом не предусмотрены.

7. Контрольные работы

7.1. Методические указания для выполнения контрольных работ.

Цель выполнения контрольной работы – закрепление у обучающихся теоретических знаний и приобретение практических навыков развития личности, навыков самоорганизации и самообразования, управления собственным временем.

Контрольная работа состоит из основных требований, предъявляемых к контрольной работе, общих правил для печатных текстов, этапов подготовки контрольной работы, а также тематики контрольных работ и практических заданий.

Большое внимание уделяется: содержанию работы, ее структуре, объему, форме изложения материала и ее оформлению.

Контрольной работе должны быть присущи: самостоятельность в обобщении изученного материала, оценка различных точек зрения на проблему, собственное осмысление проблемы на основе теоретических знаний, связь с профессиональной деятельностью специалиста, строгость изложения и логическая завершенность работы.

В структуру работы входят следующие составные части: титульный лист, план работы, введение, основное содержание, заключение, список использованной литературы.

Выполнение контрольной работы обучающийся должен начинать с изучения задания, методических указаний к его выполнению и курса практических занятий. По требованию руководителя следует собрать и изучить рекомендуемую литературу, выполнить тематический поиск информации, в том числе через информационно-телекоммуникационные сети общего доступа.

Трудоемкость выполнения контрольной работы – 20 часов.

7.2. Тематика контрольных работ.

Всего представлено 5 вариантов контрольных работ. Предусмотрено выполнение одной контрольной работы на тему: «Основы целеполагания» / «Понятие мотивации и классификация мотивов» / «Темперамент и его роль в профессиональной деятельности» / «Понятие Я-концепции в теории К.Роджерса» / «Понятие и виды общения»

Оценка результатов освоения дисциплины

8.1. Критерии оценивания степени полноты и качества освоения компетенций в соответствии с планируемыми результатами обучения приведены в Приложении 1.

8.2. Рейтинговая система оценивания степени полноты и качества освоения компетенций обучающихся очной формы обучения представлена в таблице 8.1.

Таблица 8.1

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1 текущая аттестация		
1	Написание эссе	0...5
2	Заполнение дневника самонаблюдений	0...10
3	Выполнение практических заданий	0...10
	ИТОГО за первую текущую аттестацию	0...25
2 текущая аттестация		
4	Выполнение письменных домашних заданий	0...10
5	Участие в тренинге	0...10
6	Деловая игра	0...5
7	Защита реферата	0...10
	ИТОГО за вторую текущую аттестацию	0...35
3 текущая аттестация		
8	Выполнение практических заданий	0...10
9	Написание эссе	0...10
10	Заполнение дневника самонаблюдений	0...10
11	Участие в тренинге	0...10
	ИТОГО за третью текущую аттестацию	0...40
	ВСЕГО	0...100

8.3. Рейтинговая система оценивания степени полноты и качества освоения компетенций обучающихся заочной формы обучения представлена в таблице 8.2.

Таблица 8.2

№ п/п	Виды мероприятий в рамках текущего контроля	Количество баллов
1	Выполнение практических заданий	0...15
2	Выполнение письменных домашних заданий	0...10
3	Участие в тренинге	0...20
4	Заполнение дневника самонаблюдений	0...15
5	Написание эссе	0...10
6	Выполнение контрольной работы	0...15
7	Защита контрольной работы	0...15
	ВСЕГО	100

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Перечень рекомендуемой литературы представлен в Приложении 2.

9.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- ЭБС «Издательства Лань»;
- ЭБС «Электронного издательства ЮРАЙТ»;
- Собственная полнотекстовая база (ПБД) БИК ТИУ;
- Научная электронная библиотека «eLIBRARY.RU»;
- ЭБС «IPRbooks»;
- Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВО РГУ нефти и газа имени И.М. Губкина;
- Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВПО УГНТУ (г. Уфа);
- Научно-техническая библиотека ФГБОУ ВПО УГТУ (г. Ухта);
- ЭБС «Проспект»;
- ЭБС «Консультант студент».

9.3. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в т.ч. отечественного производства:

1. Microsoft Office Professional Plus;
2. Windows 8.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля

Помещения для проведения всех видов работы, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимым оборудованием и техническими средствами обучения.

Таблица 10.1

№ п/п	Перечень оборудования, необходимого для освоения дисциплины/модуля	Перечень технических средств обучения, необходимых для освоения дисциплины/модуля (демонстрационное оборудование)
1	625039, г. Тюмень, ул. Мельникайте, д. 70. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа (практические занятия); групповых и индивидуальных консультаций; текущего контроля и промежуточной аттестации.	Оснащенность: Учебная мебель: столы, стулья. Моноблок - 1 шт., проектор - 1 шт., документ-камера - 1 шт., акустическая система (колонки) - 4 шт., экран - 1 шт., телевизор - 2 шт. Программное обеспечение: Microsoft Windows (Договор №5378-19 от 02.09.2019 до 01.09.2020), Microsoft Office Professional Plus (Договор №5378-19 от 02.09.2019 до 01.09.2020).
2	Помещение для самостоятельной работы обучающихся с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.	Оснащенность: Учебные столы, стулья. Доска меловая. Компьютер в комплекте -5 шт. Программное обеспечение: Microsoft Windows (Договор №5378-19 от 02.09.2019 до 01.09.2020), Microsoft Office Professional Plus (Договор №5378-19 от 02.09.2019 до 01.09.2020)

10. Методические указания по организации СРС

11.1. Методические указания по подготовке к практическим занятиям

Практические занятия организуются с использованием интерактивных методов обучения (тренинг, деловые игры, работа в группе). Тренинг предполагает совмещение информационной подготовки и тренировочных («игровых») упражнений с последующим анализом ситуаций, возникающих в ходе их выполнения. Для эффективной работы обучающиеся должны иметь

дневник самонаблюдений. В процессе подготовки к практическим занятиям обучающиеся могут прибегать к консультациям преподавателя. Порядок выполнения тренинговых занятий изложен в следующих методических указаниях:

1. Методические указания к практическим занятиям и самостоятельной работе студентов по дисциплине «Личностное развитие»

11.2. Методические указания по организации самостоятельной работы.

Самостоятельная работа обучающихся заключается в получении заданий (тем) у преподавателя для индивидуального освоения. Преподаватель на занятии дает рекомендации необходимые для освоения материала. В ходе самостоятельной работы обучающиеся должны выполнить практические задания и заполнить дневник самонаблюдения. Обучающиеся должны понимать содержание выполненной работы (знать определения понятий, уметь разъяснить значение и смысл любого термина, используемого в работе и т.п.).

Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания

Дисциплина: **Личностное развитие**

Код, направление подготовки: **09.03.01 Информатика и вычислительная техника**

Направленность (профиль): **Автоматизированные системы обработки информации и управления**

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине (модулю)	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
УК-6	Знать (З1): знает возможности и варианты личностного роста индивида	Не способен назвать возможности и варианты личностного роста индивида	Демонстрирует отдельные знания о возможностях и вариантах личностного роста индивида	Демонстрирует достаточные знания о возможностях и вариантах личностного роста индивида	Демонстрирует исчерпывающие знания о возможностях и вариантах личностного роста индивида
	Уметь (У1): умеет использовать методы самообразования и саморегуляции поведения	Не умеет использовать методы самообразования и саморегуляции поведения	Умеет использовать методы самообразования и саморегуляции поведения, допуская значительные неточности и погрешности	Умеет использовать методы самообразования и саморегуляции поведения, допуская незначительные неточности	В совершенстве умеет использовать методы самообразования и саморегуляции поведения
	Владеть (В1): владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности	Не владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности	Владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности, допуская ряд ошибок	Хорошо владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности, допуская незначительные ошибки	В совершенстве владеет навыком исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности

КАРТА

обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

Дисциплина: Личностное развитие

Код, направление подготовки: 09.03.01 Информатика и вычислительная техника

Направленность (профиль): Автоматизированные системы обработки информации и управления

№ п/п	Название учебного, учебно-методического издания, автор, издательство, вид издания, год издания	Количество экземпляров БИК	Контингент обучающихся, использующих указанную литературу	Обеспеченность обучающихся литературой, %	Наличие электронного варианта в ЭБС (+/-)
1	Рамендик, Д.М. Тренинг личностного роста [Текст]: Учебник и практикум / Д. М. Рамендик. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Издательство Юрайт, 2018. - 179 с.	ЭР*	30	100	+
2	Наймушина, А.Г. Психологический практикум [Текст]: учебник для студентов вузов, обучающихся по направлению подготовки: 43.03.03 - "Гостиничное дело" / А. Г. Наймушина, В. Л. Моложавенко ; ТюмГНГУ. - Тюмень: ТюмГНГУ, 2015. - 156 с.	56+ЭР*	30	100	+

ЭР* - электронный ресурс без ограничения числа одновременных подключений к ЭБС.

Заведующий кафедрой Л.Л. Мехришвили« 30 » 08 2019 г.Директор БИК Д.Х. Каюкова« 30 » 08 2019 г.

М.П.

**Дополнения и изменения
к рабочей программе дисциплины (модуля)**

на 20_ - 20_ учебный год

В рабочую программу вносятся следующие дополнения (изменения):

Дополнения и изменения внес:

(должность, ученое звание, степень) *(подпись)*

(И.О. Фамилия)

Дополнения (изменения) в рабочую программу рассмотрены и одобрены на заседании кафедры

_____.

(наименование кафедры)

Протокол от «_____» _____ 20__ г. № _____.

Заведующий кафедрой _____ И.О. Фамилия.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой _____ И.О. Фамилия.

«_____» _____ 20__ г.

