

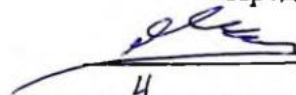
Документ подписан простой электронной подписью  
Информационный сертификат  
ФИО: Клочков Юрий Сергеевич  
Должность: и.о. ректора  
Дата подписания: 20.05.2024 10:56:57  
Уникальный программный ключ:  
4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2538d7400d1

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
**«ТЮМЕНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**УТВЕРЖДАЮ:**

Председатель КСН

 О.Н. Кузяков  
« 4 » сентября 2019г.


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

дисциплины:	<b>Личностное развитие</b>
направление подготовки:	<b>09.03.02 Информационные системы и технологии</b>
направленность:	<b>Информационные системы и технологии в геологии и нефтегазовой отрасли</b>
форма обучения:	<b>очная</b>

Рабочая программа разработана в соответствии с утвержденным учебным планом от 22.04.2019 г. и требованиями ОПОП ВО по направлению подготовки 09.03.02 Информационные системы и технологии, направленность Информационные системы и технологии в геологии и нефтегазовой отрасли к результатам освоения дисциплины «Личностное развитие».

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 ПГ  
«30» 08 2019 г.

 С.К. Туренко

Рабочую программу разработал:

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



## 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».

### 1. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина относится к дисциплинам части, формируемой участниками образовательных отношений.

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», «Основы лидерства», «Философия».

### 2. Результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Таблица 3.1

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенций	Результаты обучения по дисциплине
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	УК-3. 33 <b>Знать:</b> основные приемы и нормы социального взаимодействия; основные понятия и методы конфликтологии, технологии межличностной и групповой коммуникации в деловом взаимодействии.	З1 осознаёт нормы бесконфликтного взаимодействия с представителями различных социальных групп
	УК-3. У3 <b>Уметь:</b> устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе; применять основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды	У1 умеет устанавливать отношения сотрудничества
	УК-3. В3 <b>Владеть:</b> простейшими методами и приемами социального взаимодействия и работы в	В1 владеет мастерством создания позитивного социально-психологического климата в

	команде.	коллективе
УК-5. Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	УК-5. 35 <b>Знать:</b> закономерности и особенности социально-исторического развития различных культур в этическом и философском контексте.	32 адекватно объясняет особенности поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в процессе взаимодействия с ними
	УК-5. У5 <b>Уметь:</b> понимать и воспринимать разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	У2 умеет проявлять толерантность в профессиональном общении
	УК-5. В5 <b>Владеть:</b> простейшими методами адекватного восприятия межкультурного разнообразия общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах; навыками общения в мире культурного многообразия с использованием этических норм поведения.	В2 владеет навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6. 36 <b>Знать:</b> основные приемы эффективного управления собственным временем; основные методики самоконтроля, саморазвития и самообразования на протяжении всей жизни.	33 знает возможности и варианты личностного роста индивида
	УК-6. У6 <b>Уметь:</b> эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать методы саморегуляции, саморазвития и самообучения.	У3 умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время
	УК-6. В6 <b>Владеть:</b> методами управления собственным временем; технологиями приобретения, использования и обновления социокультурных и профессиональных знаний, умений и навыков; методиками саморазвития и самообразования в течение всей жизни.	В3 владеет навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития

### 3. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.			Самостоятельна я работа, час.	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практически е занятия	Лабораторные занятия		
очная	1/1	17	17	-	38	зачет

### 4. 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.	Из них в интерактивной форме обучения, час.	Код ИДК	Оценочные средства <sup>1</sup>
	Номер раздела	Наименование раздела	Л.	Пр.	Лаб.					
1	1	Саморазвитие и личностный рост	9	-	9	8	26	1	УК-3.33 УК-3.У3 УК-3.В3 УК-5.35 УК-5.У5 УК-5.В5	Тренинговые упражнения, практические задания
2	2	Основы самоорганизации и эффективного взаимодействия	8	-	8	14	30	2	УК-6.36 УК-6.У6 УК-6.В6	Эссе, реферат, деловая игра
3	Зачет		-	-	-	16	16		УК-3.33 УК-3.У3 УК-3.В3 УК-5.35 УК-5.У5 УК-5.В5 УК-6.36 УК-6.У6 УК-6.В6	Вопросы к зачету
Итого:			17	-	17	38	72	3		

- заочная форма обучения (ЗФО)

Не реализуется.

- 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**

Таблица 5.2.1

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема лекции
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	1	2	0	0	Введение
2		2	0	0	Понятие личности в психологии
3		2	0	0	Личностный потенциал
4		2	0	0	Препятствия и ресурсы личностного развития
5	2	2	0	0	Самоорганизация обучения в вузе
6		2	0	0	Условия и способы эффективного общения
7		2	0	0	Основы бесконфликтного взаимодействия
8		3	0	0	Приемы и техники саморегуляции
Итого:		17	0	0	

### **Практические занятия**

Практические занятия учебным планом не предусмотрены

### **Лабораторные работы**

Таблица 5.2.2

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.			Тема лабораторной работы
		ОФО	ЗФО	ОЗФО	
1	1	2	0	0	Введение
2		2	0	0	Понятие личности в психологии

3	2	2	0	0	Личностный потенциал	
4		2	0	0	Препятствия и ресурсы личностного развития	
5		2	0	0	Самоорганизация обучения в вузе	
6		2	0	0	Условия и способы эффективного общения	
7		2	0	0	Основы бесконфликтного взаимодействия	
8		3	0	0	Приемы и техники саморегуляции	
Итого:		17	0	0		

### Самостоятельная работа студента

Таблица 5.2.3

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

### 5. Тематика курсовых работ/проектов

Курсовые работы/проекты учебным планом не предусмотрены.

### 6. Контрольные работы

Контрольные работы учебным планом не предусмотрены.

### 7. 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	Написание 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
	<b>ВСЕГО</b>	<b>0...100</b>

## 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 «Прспект»;
- 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	-	Комплект мультимедийного оборудования: проектор, экран, компьютер, акустическая система. Локальная и корпоративная сеть

### 10. Методические указания по организации СРС

#### 11.1. Методические указания по подготовке к лабораторным занятиям

Лабораторные 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 лабораторным занятиям обучающиеся могут прибегать к консультациям преподавателя. Порядок подготовки к лабораторным занятиям изложен в следующих методических указаниях:

1. Методическими указаниями к лабораторным занятиям и самостоятельной работе обучающихся 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.).

Порядок организации самостоятельной работы изложен в следующих методических указаниях

1. Методическими указаниями к лабораторным занятиям и самостоятельной работе обучающихся по дисциплине «Личностное развитие»

**Планируемые результаты обучения для формирования компетенции и критерии их оценивания**

Дисциплина: **Личностное развитие**

Код, направление подготовки: **09.03.02 Информационные системы и технологии**

Направленность: **Информационные системы и технологии в геологии и нефтегазовой отрасли**

Код компетенции	Код и наименование результата обучения по дисциплине (модулю)	Критерии оценивания результатов обучения			
		1-2	3	4	5
УК-3.	31 осознаёт нормы бесконфликтного взаимодействия с представителями различных социальных групп	Не способен осознавать нормы бесконфликтного взаимодействия с представителями различных социальных групп	Демонстрирует отдельные знания о нормах бесконфликтного взаимодействия с представителями различных социальных групп	Демонстрирует достаточные знания о нормах бесконфликтного взаимодействия с представителями различных социальных групп	Демонстрирует исчерпывающие знания о нормах бесконфликтного взаимодействия с представителями различных социальных групп
	У1 умеет устанавливать отношения сотрудничества	Не умеет устанавливать отношения сотрудничества	Умеет устанавливать отношения сотрудничества на низком уровне	Умеет устанавливать отношения сотрудничества на среднем уровне	В совершенстве умеет устанавливать отношения сотрудничества
	В1 владеет мастерством создания позитивного социально-психологического климата в коллективе	Не владеет мастерством создания позитивного социально-психологического климата в коллективе	Владеет мастерством создания позитивного социально-психологического климата в коллективе на низком уровне	Хорошо владеет мастерством создания позитивного социально-психологического климата в коллективе на среднем уровне	В совершенстве владеет мастерством создания позитивного социально-психологического климата в коллективе
УК-5	32 адекватно объясняет особенности поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в процессе взаимодействия с ними	Не способен адекватно объяснять особенности поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в процессе взаимодействия с ними	Демонстрирует отдельные знания об особенностях поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в процессе взаимодействия с ними	Демонстрирует достаточные знания об особенностях поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в процессе взаимодействия с ними	Демонстрирует исчерпывающие знания об особенностях поведения и мотивации людей различного социального и культурного происхождения в процессе взаимодействия с ними

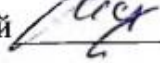
	<p>У2 умеет проявлять толерантность в профессиональном общении</p>	<p>Не умеет проявлять толерантность в профессиональном общении</p>	<p>Умеет проявлять толерантность в профессиональном общении на низком уровне</p>	<p>Умеет проявлять толерантность в профессиональном общении на среднем уровне</p>	<p>В совершенстве умеет проявлять толерантность в профессиональном общении</p>
	<p>В2 владеет навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач</p>	<p>Не владеет навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач</p>	<p>Владеет навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач на низком уровне</p>	<p>Хорошо владеет навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач на среднем уровне</p>	<p>В совершенстве владеет навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач</p>
УК-6	<p>З3 знает возможности и варианты личностного роста индивида</p>	<p>Не способен назвать возможности и варианты личностного роста индивида</p>	<p>Демонстрирует отдельные знания о возможностях и вариантах личностного роста индивида</p>	<p>Демонстрирует достаточные знания о возможностях и вариантах личностного роста индивида</p>	<p>Демонстрирует исчерпывающие знания о возможностях и вариантах личностного роста индивида</p>
	<p>У3 умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время</p>	<p>Не умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время</p>	<p>Умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время, допуская значительные неточности и погрешности</p>	<p>Умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время, допуская незначительные неточности</p>	<p>В совершенстве умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время</p>
	<p>В3 владеет навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития</p>	<p>Не владеет навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития</p>	<p>Владеет навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития, допуская ряд ошибок</p>	<p>Хорошо владеет навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития, допуская незначительные ошибки</p>	<p>В совершенстве владеет навыками выстраивания и реализации траектории саморазвития</p>

## КАРТА

**обеспеченности дисциплины (модуля) учебной и учебно-методической литературой**Дисциплина: **Личностное развитие**Код, направление подготовки: **09.03.02 Информационные системы и технологии**Направленность: **Информационные системы и технологии в геологии и нефтегазовой отрасли**

№ 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	30	100	+

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

Заведующий кафедрой  Л.Л. Мехришвили  
«30» августа 2019 г.

Директор БИК \_\_\_\_\_ Д.Х. Каюкова  
«30» августа 2019 г.  
М.П.

Составлено в шт. 

