

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Клочков Юрий Сергеевич
 Должность: и.о. ректора
 Дата подписания: 18.04.2024 15:55:17
 Уникальный программный ключ:
 4e7c4ea90328ec8e65c5d8058549a2380740b1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 Федеральное государственное бюджетное
 образовательное учреждение высшего образования
«ТВОМАНСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ
 Председатель КСН
 О.А. Степанов
 « 30 » 08 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины: **Личностное развитие**
 направление подготовки: **13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника**
 направленность (профиль): **Промышленная теплоэнергетика**
 форма обучения: **очная, заочная**

Рабочая программа разработана в соответствии с утверждённым учебным планом от 30.08.2021г. и требованиями ОПОП по направлению подготовки 13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника, направленность (профиль) «Промышленная теплоэнергетика» к результатам освоения дисциплины «Личностное развитие»

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры ГНТ
Протокол № 1 от «30» 08. 2021 г.

Заведующий кафедрой
гуманитарных наук и технологий

 Л.Л. Мехришвили

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий выпускающей кафедрой
промышленной теплоэнергетики

«30» 08 2021 г.

 О.А. Степанов

Рабочую программу разработал:

Крючева Я.В. к. пед. н, доцент кафедры ГНТ

Гаврилюк Н.П. к.психол. н., доцент кафедры ГНТ



1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – содействие непрерывной реализации индивидуального потенциала личности студента в саморазвитии на пути к личностной самореализации.

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 элективным 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 является логическим продолжением содержания дисциплины «Проектная деятельность» и служит основой для освоения дисциплин «Философия», «Проектная деятельность».

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)	Код и наименование результата обучения по дисциплине
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение все	УК-6.1 Эффективно управляет собственным временем.	Знать: 31 методы самообразования и саморегуляции поведения
		Уметь: У1 составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время
		Владеть: В1 методами управления собственным временем
	УК-6.2. Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации.	Знать: 32 возможности и варианты личностного роста индивида
		Уметь: У2 предпринимать шаги по реализации траектории своего профессионального развития
		Владеть: В2 навыками личностного роста индивида
	УК-6.3. Использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков.	Знать: 33 навыки выстраивания и реализации траектории саморазвития
		Уметь: У3 выстраивать и реализовывать траектории саморазвития
		Владеть: В3 методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности

4. Объем дисциплины

Общий объем дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Таблица 4.1.

Форма обучения	Курс/ семестр	Аудиторные занятия/контактная работа, час.			Самостоятельная работа, час.	Форма промежуточной аттестации
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия		
1	2	3	4	5	6	7
очная	1/2	18	34	0	56	зачет
заочная	2/4	6	10	0	92	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	8	14	-	24	46	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Входной контроль (Приложение 6 комплект тестовых заданий для входного контроля), Тренинговые упражнения (Приложение 1 комплект тренинговых упражнений), практические задания (Приложение 2 комплект практических заданий), эссе (Приложение 3 комплект тем эссе), реферат (Приложение 4 комплект тем рефератов)
2	2	Основы самоорганизации и эффективного взаимодействия	10	20	-	32	62	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Тренинговые упражнения (Приложение 1 комплект тренинговых упражнений), практические задания (Приложение 2 комплект практических заданий), эссе (Приложение 3 комплект тем эссе), деловая игра (Приложение 5 деловая игра)
3	Зачет		-	-	-	-	-	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Вопросы к зачету (Приложение 7 комплект вопросов к зачету)
Итого:			18	34	-	56	108		

- 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	2	4	-	44	50	УК-6.1, УК-6.2,	Входной контроль (Приложение 6 комплект

		рост						УК-6.3	тестовых заданий для входного контроля), Тренинговые упражнения (Приложение 1 комплект тренинговых упражнений), практические задания (Приложение 2 комплект практических заданий), эссе (Приложение 3 комплект тем эссе), реферат (Приложение 4 комплект тем рефератов)
2	2	Основы самоорганизации и эффективного взаимодействия	4	6	-	44	54	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Тренинговые упражнения (Приложение 1 комплект тренинговых упражнений), практические задания (Приложение 2 комплект практических заданий), эссе (Приложение 3 комплект тем эссе), деловая игра (Приложение 5 деловая игра)
3	Зачет		-	-	-	4	4	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3	Вопросы к зачету (Приложение 7 комплект вопросов к зачету)
Итого:			6	10	-	92	108		

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	
1	1	2	1	Введение
2		2	0	Понятие личности в психологии
3		2	1	Личностный потенциал
4		2	0	Препятствия и ресурсы личностного развития
5	2	2	1	Самоорганизация обучения в вузе
6		2	1	Условия и способы эффективного общения
7		2	1	Основы бесконфликтного взаимодействия
8		4	1	Приемы и техники саморегуляции
Итого:		18	6	

Практические занятия

Таблица 5.2.2

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

Лабораторные работы

Лабораторные работы учебным планом не предусмотрены

Самостоятельная работа студента

Таблица 5.2.3

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, час.		Тема	Вид СРС
		ОФО	ЗФО		
1	1	6	12	Введение	Написание эссе
2		6	12	Понятие личности в психологии	
3		8	12	Личностный потенциал	Написание реферата
4		8	10	Препятствия и ресурсы личностного развития	Анализ практических ситуаций
5	2	8	12	Самоорганизация обучения	Заполнение дневника

				в вузе	самонаблюдений
6		8	12	Условия и способы эффективного общения	Анализ практических ситуаций
7		6	12	Основы бесконфликтного взаимодействия	Написание эссе
8		6	10	Приемы и техники саморегуляции	Выполнение письменных домашних заданий
Итого:		56	92		

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

- визуализация учебного материала в PowerPoint в диалоговом режиме (лекционные 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

Контрольные работы учебным планом не предусмотрены.

8. 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, очно- заочной 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	Тренинговые упражнения	0...10
3	Выполнение практических заданий	0...10
	ИТОГО за первую текущую аттестацию	0...25
2 текущая аттестация		
4	Выполнение практических заданий	0...10
5	Тренинговые упражнения	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	Тренинговые упражнения	0...10
11	Защита реферата	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.	Работа на практических занятиях (устный опрос)	40
2.	зачет	60
	ВСЕГО	100

9. 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 «Перспект»;
- ЭБС «Консультант студент».

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

1. Microsoft Office Professional Plus
2. Windows
3. Zoom

10. 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

11. 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.

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 обучающимся нужно 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 направления: 13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника
 Направленность (профиль): Промышленная теплоэнергетика

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения				
			1-2	3	4	5	
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение все	УК-6.1 Эффективно управляет собственным временем.	Знать: 31 методы самообразования и саморегуляции поведения	Не способен назвать методы самообразования и саморегуляции поведения	Демонстрирует отдельные знания о методах самообразования и саморегуляции поведения, допуская значительные неточности	Демонстрирует достаточные знания о методах самообразования и саморегуляции поведения, допуская незначительные неточности	Демонстрирует исчерпывающие знания о методах самообразования и саморегуляции поведения	
			Не умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время	Умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время, допуская значительные неточности	Умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время, допуская незначительные неточности	В совершенстве умеет составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время	
		Уметь: составлять долгосрочные и краткосрочные планы, организовывать свое время	Владеть: методами управления собственным временем	У1 и			
		Владеть: методами управления собственным временем	В1				

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения				
			1-2	3	4	5	
УК-6.2. Планирует траекторию своего профессионального развития и предпринимает шаги по её реализации.	Знать: 32 возможности и варианты личностного роста индивида Уметь: У2 предпринимать шаги по реализации траектории своего профессионального развития	Не способен назвать возможности и варианты личностного роста индивида Умеет предпринимать шаги по реализации траектории своего профессионального развития	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		
			Умеет предпринимать шаги по реализации траектории своего профессионального развития допускать значительные неточности	Умеет составлять предпринимать шаги по реализации траектории своего профессионального развития допуская незначительные неточности	В совершенстве умеет предпринимать шаги по реализации траектории своего профессионального развития		
УК-6.3. Использует возможности для приобретения новых знаний и навыков.	Знать: 33 навыки выстраивания и реализации траектории саморазвития Уметь: У3 выстраивать и реализовывать траектории саморазвития	Не владеет навыками личностного роста индивида Не умеет выстраивать и реализовывать траектории саморазвития	Владеет навыками личностного роста индивида на низком уровне	Владеет навыками личностного роста индивида на среднем уровне	В совершенстве владеет навыками личностного роста индивида		
			Демонстрирует отдельные знания о навыках выстраивания и реализации траектории саморазвития	Демонстрирует достаточные знания о навыках выстраивания и реализации траектории саморазвития	Демонстрирует исчерпывающие знания о навыках выстраивания и реализации траектории саморазвития		

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции (ИДК)	Код и наименование результата обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения				
			1-2	3	4	5	
		Владеть: методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности	В3	Не владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности	Владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности на низком уровне	Владеет методами исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности на среднем уровне	В совершенстве владеет навыком исследования особенностей мотивационной и эмоциональной сферы личности; самооценки личности

КАРТА
обеспеченности дисциплины учебной и учебно-методической литературой

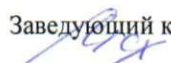
Дисциплина: Личностное развитие

Код, направление подготовки: 13.03.01 Теплоэнергетика и теплотехника

Направленность (профиль): Промышленная теплоэнергетика

№ 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	Крючева Я.В. Личностное развитие студента/ Я.В. Крючева, Н.П. Гаврилюк. – Тюмень: ТИУ, 2020. Текст: электронный Электронная библиотека ТИУ	ЭР*	30	100	+
2	Рамендик, Дина Михайловна. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Издательство Юрайт, 2020. - 139 с. - (Высшее образование). - URL: https://urait.ru/bcode/451538 . - Режим доступа: для автор. пользователей. - ЭБС "Юрайт".	ЭР*	30	100	+
3	Князева, Т. Н. Психология развития : учебное пособие / Т. Н. Князева, М. Б. Батюга. - Саратов : Вузовское образование, 2019. - 144 с. - URL: http://www.iprbookshop.ru/79671.html . - Режим доступа: для автор. пользователей. - ЭБС "IPR BOOKS".	ЭР*	30	100	+

ЭР – электронный ресурс для автор. пользователей доступен через Электронный каталог/Электронную библиотеку ТИУ <http://webirbis.tsogu.ru/>

Заведующий кафедрой ГНТ

 Л.Л. Мехришвили
 «30» 08. 2021 г.

Директор БИК

 Д.Х. Каюкова
 «30» 08. 2021 г.
 М.П.

Согласовано  Д.И. Ситницкая

