

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Маланичева Наталья Николаевна
Должность: директор филиала
Дата подписания: 22.01.2024 11:05:27
Уникальный программный ключ:
94732c3d953a87d495d5c3155d5c573883fedd18

Аннотация к рабочей программе по дисциплине «Практикум по самоорганизации, саморазвитию и командной работе»

1.1. Цели и задачи дисциплины (модуля)

Учебная дисциплина

«Практикум по самоорганизации, саморазвитию и командной работе» является важным компонентом подготовки экономистов и инженеров железнодорожного транспорта и специалистов смежных профессий. Навыки по самоорганизации, саморазвитию и командной работе наряду с другими составят базу для их профессиональной деятельности. Развитие психологической составляющей профессионального мышления будущего специалиста в области управления на железнодорожном транспорте, формирование представлений о психологии самоорганизации, саморазвития, командной работе, а также методах психологической самопомощи и саморегуляции эмоциональных состояний является неотъемлемой частью подготовки компетентного специалиста.

Цель теоретической части дисциплины заключается в формировании у обучающихся знаний по самоорганизации, саморазвитию и командной работе; основ психологической самопомощи и саморегуляции, знаний методов самоуправления жизненным тонусом, уровнем работоспособности и творческих возможностей в условиях постоянных стрессовых ситуаций, сопряженных с напряженным ритмом жизни.

Цель практической части - углубление и закрепление знаний, полученных на занятиях и в процессе самостоятельного изучения дисциплины, развитие и отработка умений самоуправления жизненным тонусом, уровнем работоспособности, самоорганизации и отработка навыков командной работы, что является важным условием саморазвития личности.

Основными задачами изучения дисциплины «Практикум по самоорганизации, саморазвитию и командной работе» являются:

- освоение основных понятий и определений данной дисциплины;
- ознакомление с психологией профессионального стресса и эмоционального выгорания;
- ознакомление с психологией личности для дальнейшего развития и саморазвития;
- ознакомление с теоретическими основами командообразования;
- приобретение практических навыков психологической саморегуляции, самоорганизации и саморазвития личности;
- приобретение практических навыков командной работы, командного мышления, развитие групповой сплоченности.

Формирование знаний и навыков обучающихся осуществляется в ходе практических занятий, самостоятельной работы с литературой и презентационным материалом предложенным преподавателем.

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля)

Компетенции и индикаторы, формируемые в процессе изучения дисциплины	Результаты освоения учебной дисциплины
	УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели

<p>УК-3.1. Организует и руководит работой команды в цифровой среде</p>	<p>Знать: - особенности психологии командной работы</p> <p>Уметь: - вырабатывать командную стратегию для достижения поставленной цели</p> <p>Владеть: - путями и методами выработки командной стратегии для достижения поставленной цели</p>
<p>УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни</p>	
<p>УК-6.1. Использует современные информационные технологии для определения и реализации приоритетов собственной деятельности и образовательных целей под возникающие жизненные задачи на основе самооценки и образования в течение всей жизни</p>	<p>Знать: - основы психологической самопомощи и эмоциональной саморегуляции; - методы самоуправления жизненным тонусом, уровнем работоспособности и творческих возможностей в условиях постоянных стрессовых ситуаций, сопряженных с напряженным ритмом жизни</p> <p>Уметь: - использовать психодиагностические методики для оценки развития личности; - планировать и контролировать профессионально-личностное развитие</p> <p>Владеть: - способностью к рефлексии поведения и деятельности по самоорганизации и саморазвитию; - способами планирования и контроля профессионально-личностного развития, самоорганизации и самосовершенствования; - способностью к принятию решений, касающихся достижения целей задачи саморазвития и профессионального роста на основе оценки временных и личностных ресурсов.</p>

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «Практикум по самоорганизации, саморазвитию и командной работе» относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)», входит в Модуль «Самоорганизация и саморазвитие» и является обязательной для изучения.

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах

- 108 часов;
- 3 з.е.

4. Содержание дисциплины (модуля)

Профессиональный стресс и профессиональное выгорание работника. Психологическая саморегуляция эмоциональных состояний человека при стрессе и профессиональном выгорании как основа самоорганизации и саморазвития. Методы психологической саморегуляции. Практикум по психологической саморегуляции как основе самоорганизации и саморазвития личности. Личность. Развитие и саморазвитие личности. Практикум по формированию уверенности в себе и постановке жизненных целей. Теоретические основы командообразования. Практикум по развитию командного мышления. Внутрикомандные процессы и отношения. Практикум по развитию групповой сплоченности. Саморазвитие

членов команды. Практикум по самоорганизации и саморазвитию общения и межличностных отношений

5. Формы контроля

Форма текущего контроля – дискуссия

Форма промежуточной аттестации – зачет

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

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются следующие информационные технологии и программное обеспечение:

- для проведения лекций, демонстрации презентаций и ведения интерактивных занятий: MS PowerPoint;
- для выполнения практических заданий - Microsoft Office 2010 и выше;
- для самостоятельной работы студентов: Windows 7 и выше, Microsoft Office 2010 и выше.

Профессиональные базы данных, используемые для изучения дисциплины (модуля) (свободный доступ)

1. База профессиональных данных «Мир психологии» - <http://psychology.net.ru/>
2. Информационная система «Единое окно доступа к информационным ресурсам» (свободный доступ) - http://window.edu.ru/catalog/resources?p_str=Психология
3. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Раздел. Гуманитарное и социальное образование: http://window.edu.ru/catalog/resources?p_str=Практикум+по+саморегуляции+и+саморазвитию

7. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Учебная аудитория для проведения учебных занятий, предусмотренных программой специалитета (проведение занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации) - аудитория № 401. Специализированная мебель: столы ученические - 32 шт., стулья ученические - 64 шт., доска настенная (меловая) - 1 шт., стол преподавателя - 1 шт., стул преподавателя - 1 шт. Технические средства обучения: переносной экран, переносной проектор, ноутбук. Учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины - комплект презентаций (хранится на кафедре).