Екатеринбургский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

DN: cn=Салимов Марат Ильдусович, o=Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО "УралГУФК", ou=Зам.директора по УР, email=salimov@sport-ural.ru, c=RU
Дата: 2024.10.03 12:19:05 +05'00'

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по учебной и научной работе
_____М.И.Салимов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) **«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

Направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)
(профиль) «Адаптивная физическая реабилитация и рекреация»

Квалификация (степень) выпускника бакалавр

Форма обучения очная, заочная

Екатеринбург 2024 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) *«Психологические тренинги в адаптивной физической культуре»* составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ТиМ АФК протокол № 9 от 23.05.2024

Утверждена на методическом совете Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК» протокол № 9 от 23.05.2024

Заведующий кафедрой . _____И.В. Тимофеева
подпись

Начальник учебного отдела _____ Л. А. Осадчая
подпись

1. **МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Данная дисциплина относится к вариативной части, дисциплин по выбору **части , формируемой участниками образовательных отношений Б1.В. ДВ. 05.02**/, блока 1 «Дисциплины (модули)». В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 4 курсе при очной и 5 курсе при заочной форме получения образования. Вид промежуточной аттестации: зачет.

В методическом плане дисциплина опирается на знания, полученные при изучении следующих учебных курсов, дисциплин:

1 курс – Педагогика и психология

2 курс - Психомоторное развитие ребенка в норме и при патологии

3 курс – Невропатология

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС ВО 3++, ПООП, профессиональным стандартам, РУП по направлению подготовки):

код компе-тен-ции	Наименование компетенции	Степень реализации компетенции (полностью или частично)	Индикаторы достижения компетенции	Профессиональный стандарт, код трудовой функции, содержание трудовой функции (при наличии). / область, сфера, типы задач, задачи, объекты профессиональной деятельности выпускников
1	2	3	**4**	5
ПК - 2	Знание закономерностей развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию, поражению и способность осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья	Знание закономерностей развития различных видов заболеваний, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием	**Знает** **Пороговый уровень** - Основные закономерностей развития различных видов заболеваний. **Всокий уровень** - Основные закономерностей развития различных видов заболеваний; - Основные закономерностей развития различных видов заболеваний, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту. **Повышенный уровень** - Основные закономерностей развития различных видов заболеваний; - Основные закономерностей развития различных видов заболеваний, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту; - Основные закономерностей развития симптомов и синдромов различных видов заболеваний, в зависимости от периода (стадии)развития болезни. **Умеет** **Пороговый уровень** - Правильно оценить значение закономерностей развития различных видов заболеваний и вторичных отклонений. **Высокий уровень** - Правильно оценить значение закономерностей развития	**Код 05.004** **D/01.6** Руководство методическим обеспечением организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями здоровья (включая инвалидов) всех возрастных и нозологических групп **Анализ потребностей рынка труда** Оказание помощи по коррекции, компенсации и активации нарушенных или утраченных двигательных функций пациентов на различных этапах реабилитации с использованием средств и методов лечебной физической культуры, элементов спорта, массажа, естественных факторов природы пациентам всех нозологических форм

			различных видов заболеваний и вторичных отклонений; - Правильно прогнозировать развитие различных видов заболеваний и вторичных отклонений. **Повышенный уровень** - Правильно оценить значение закономерностей развития различных видов заболеваний и вторичных отклонений; - Правильно прогнозировать развитие различных видов заболеваний и вторичных отклонений; - Правильно подбирать реабилитационные мероприятия в зависимости от нозологических форм, возрастных и гендерных групп. **Имеет опыт:** **Пороговый уровень** - Владения простейшими приемами психоконсультирования при различных видах заболеваний **Высокий уровень** - Владения простейшими приемами психоконсультирования при различных видах заболеваний -Владения приемами диагностики различных нозологических групп **Повышенный уровень** - Владения простейшими приемами психоконсультирования при различных видах заболеваний; -Владения приемами диагностики различных нозологических групп; -Владения простейшими терапевтическими приемами психологической помощи.	

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры			
		5	**6**	**7**	**8**
Зачетные единицы	з.е.			4	
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час			144	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен			экзамен	
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час			54,4	
Лекции (Лек)	час			18	
Практические занятия (Пр)	час			36	
Семинары	час				
Лабораторные работы (Лаб)	час				
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час			0,4	
Самостоятельная работа, в том числе	час			72	
Курсовая работа (КР)	час				
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час			17,6	
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час			12	

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры			
		5	**6**	**7**	**8**
Зачетные единицы	з.е.				4
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час				144
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен				экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час				14,4
Лекции (Лек)	час				4
Практические занятия (Пр)	час				10
Семинары	час				
Лабораторные работы (Лаб)	час				
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час				0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час				120,6
Курсовая работа (КР)	час				
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час				9
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час				4

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ДИСЦИПЛИНЫ

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоя-тельная работа (часы)
Модуль №1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ				
	Название раздела 1	**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**		
1.1.	**Тема** Понятие и виды психологического тренинг	**Лекции** Понятие психологического тренинга. Тренинг как метод преднамеренных изменений. Основные функции тренинга: диагностическая, преобразующая, корректирующая, профилактическая, адаптационная. Отличие тренинга от психотерапии. Виды психологического тренинга и их краткая характеристика. Классификация психологического тренинга. Парадигмы тренинга: дрессура, тренировка, активное обучение, создание условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими решения проблем. Специфические черты тренинга как метода групповой работы. Сферы применения психологического тренинга.		
		Практические/семинарские / лабораторные занятия Методы работы психолога по цели (информирование, консультирование, интервенция, тренинг) и форме (индивидуальные, групповые). Анализ определений понятия «психологический тренинг».		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Различные определения тренинга. История развития психологического тренинга		
1.2.	**Тема** Психологические особенности тренинговой группы	**Лекции** Группа как объект и предмет психологической теории и практики. Преимущества групповой формы психологической работы. Цели тренинговой группы. Характеристики тренинговой группы. Групповая динамика. Групповые нормы. Ролевые позиции в группе. Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп. Сущность группового психологического тренинга.		

		Практические/<u>семинарские</u> / лабораторные занятия Сущность понятия «группа» как объекта и предмета психологической теории и практики. Групповая сплоченность как механизм работоспособности группы. Групповой процесс. Описание основных стадий и механизмов. Этапы возникновения и развития группового психологического тренинга. Что общего и в чем разница между групповой терапией, коррекцией, обучением и групповым психологическим тренингом.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос, решение ситуационных задач) Групповая терапия, коррекция, обучение и групповой тренинг: их общность и различия. Многообразие видов группового тренинга.		
1.3	**Тема** Классификация и основные виды тренинговых групп	**Лекции** Подходы к организации и проведению тренинговых групп. Гештальт-подход. Групп-аналитический подход. Трансакционный подход. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Арт-терапевтический подход.		
		Практические/<u>семинарские</u> / лабораторные занятия Гештальт-подход к организации и проведению тренинговых групп. Групп-аналитический подход к организации и проведению тренинговых групп. Трансакционный подход к организации и проведению тренинговых групп. Психодраматический подход к организации и проведению тренинговых групп. Телесно-ориентированный подход к организации и проведению тренинговых групп. Арт-терапевтический подход к организации и проведению тренинговых групп.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос, решение ситуационных задач) Сущность и характеристика х подходов к психологическим тренингам		
	Название раздела 2	**СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**		
2.1	**Тема** Принципы организации и проведения психологического тренинга	**Лекции** Принципы создания среды тренинга: системная детерминация, реалистичность, избыточность. Принципы поведения участников: активность, исследовательская и творческая позиция, субъект-субъектное общение, объективация поведения, искренность, принцип «здесь и теперь». Организационные принципы: физическая закрытость, комплектование группы (гомогенность – гетерогенность), пространственно-временна организация. Этические принципы (соответствие		

		заявленных целей тренинга его содержанию, конфиденциальность, «ненанесение» ущерба)		
		Практические/семинарские / лабораторные занятия Организационные аспекты подготовки тренинга: требования к помещению, оборудованию. Этические принципы тренинговой работы. Требования к подготовке ведущего. Безопасность участников. Развитие психологического доверия в группе. Ограничения группового опыта.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Понятие о принципах психологического тренинга. Связь принципов тренинга и изменений. Принципы создания среды тренинга. Принципы поведения участников тренинга. Организационные принципы.		
2.2	**Тема** Методические средства психологического тренинга	**Лекции** Понятие о методических средствах психологического тренинга. Классификация методических средств: техники представления информации, иммитационные техники, техники создания реальной среды. Техники представления информации: дискуссии, лекции ведущего тренинг, систематизированные обзоры, программированные инструкции, групповой анализ оценок и самооценок, техники модерации (знаково-символического отображения процесса и результатов работы в тренинге). Иммитационные техники: ролевые и деловые игры, психогимнастика, визуализация, проективное рисование, дискуссия и ее варианты.		
		Практические/семинарские / лабораторные занятия Правила проведения дискуссий. Понятие фокус-группы. Основные направления применения рисуночных техник: диагностическое, развивающее, терапевтическое. Техники создания реальной среды: выполнение участниками тренинга реальных задач в группе, либо на рабочем месте, ротация и стажировка. Имитационные техники и их предназначение. Психодрама и социодрама (Дж.Морено,1964). Ролевые и операционные (деловые) игры. Психогимнастика. Правила и место применения психогимнастических упражнений. Мозговой штурм как вид имитационных техник, виды и правила проведения. Анализ конкретных случаев. Медитация, управляемое воображение, визуализация.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Методические требования к отбору содержания лекций и материалов систематизированных обзоров: новизна информации, представление информации в разных модальностях, адресное представление информации с учетом потребностей группы в целом и отдельных участников. Характеристика систематизированных		

		обзоров и программированных инструкций.		
Модуль № 2 ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ				
	Название раздела 1	**МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**		
1.1	**Тема** Методика организации психологического тренинга	**Лекции** Определение потребности в психологическом тренинге в профессионально ориентированных программах. Анализ профессиональных задач. Организационный анализ. Персональный анализ. Особенности комплектования групп психологического тренинга. Информирование претендентов. Численность группы. Возраст участников. Формальный статус участников. Образование и профессиональная принадлежность. Национальная и религиозная принадлежность. Индивидуально-психологические особенности участников. Критерии невключения в группу тренинга: низкая мотивация, близкое родство (знакомство), ригидность, выраженные акцентуации шизоидного или возбудимого типа, наличие иной, чем у большинства группы специальности (для тренинга специальных умений), отклонения от психической нормы (психопатизация), количественный критерий (больше14 участников), плохое актуальное соматическое состояние, негативное отношение со стороны участников группы, отношения непосредственного подчинения, возраст (старше 60 лет), существенно сниженный интеллектуальный потенциал, сексуальная девиация, резкий контраст профессиональной компетентности или личностного развития.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Проблемы планирования тренинга и составления программы тренинга. Требования к организации психологического тренинга. Этапы подготовки к тренингу. Описание программы психологического тренинга. Структура тренингового занятия. Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник. Анализ тренингового занятия.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник. Анализ тренингового занятия.		
1.2	**Тема** Деятельность ведущего психологический тренинг	**Лекции** Роли ведущего группой. Требования к личности и умениям ведущего психологический тренинг. Стили руководства группой. Этапы работы в тренинге и деятельность ведущего на каждом из них. Этические нормы деятельности ведущего психологический тренинг.		

		Практические/семинарские/лабораторные занятия Деятельность ведущего на различных этапах пренинга: - Этап создания работоспособности: знакомство участников, определение правил и принципов работы группы, решение определенных задач. Рефлексия тренера. Специфические эффекты этапа создания работоспособности. -Этап ориентации: уточнение и конкретизация участниками своих индивидуальных целей в тренинге. Характерные эффекты этапа ориентации. - Этап изменений: апробация и освоение новых установок, навыков и умений.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Поэтапность формирования. Целостное действие. Диагностика на этапе изменений. Завершающий этап: получение каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработка вариантов применения полученных результатов на практике.		
1.3	**Тема** Организация обратной связи	**Лекции** Понятие «обратной связи». Факторы, определяющие специфику организации обратной связи в ходе тренинга. Позитивная и негативная обратная связь. Варианты организации обратной связи в тренинге. Виды обратной связи. Средства подачи материализованной обратной связи.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Техники организации обратной связи в психологическом тренинге.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник.		
	Название раздела 2	**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИНГОВАЙ РАБОТЫ**		
2.1	**Тема** Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений.	**Лекции** Эффекты тренинга. Критерии эффективности. Проблема критериев эффективности тренинга. Модели описания результатов тренинга Д.Киркпатрика, М.Блам и Д.Нэйлор. Психологические, предметные, экономические критерии эффективности тренинга, критерии, используемые в психолого-педагогической деятельности. Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека		

		Практические/семинарские/лабораторные занятия Методы мониторинга тренинговых программ: 1) Методы, направленные на выявление субъективных мнений, суждений и оценок участников тренинга; 2) Методы, выявляющие изменение знаний, развитие умений и изменение установок участников; 3) Методы, фиксирующие изменения в реальном поведении, деятельности, общении.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека в психологическом тренинге с точки зрения практиков: особенности психических процессов, навыки и умения, установки, отношения личности, представления о себе (Я-концепция), система ценностей и целей, уровень рефлексии, эффективность профессиональной деятельности, экономическое благополучие, состояние здоровья, продолжительность жизни.		
2.2	**Тема** Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность	**Лекции** Понятие «переноса» в узком и широком смысле слова. Требования, соблюдение которых ведет к высокой вероятности переноса результатов тренинга в профессиональную реальность (Векслии Латама). Факторы «силы эффекта» тренинга. Факторы «последействия эффекта» тренинга.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Не предусмотрено		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Групповая динамика, умения приобретаемые в группе.		
	Название раздела 3	**ПРОГРАММЫ ТРЕНИНГА ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП**		
3.1	**Тема** Планирование, организация и проведение тренингов.	**Лекции** Организация и проведение тренинга с педагогами. Основные задачи тренинговой работы с педагогами. Особенности организации и проведения тренинга с педагогами. Темы и содержание тренингов с педагогами. Организация и проведение тренинга с родителями. Основные задачи тренинговой работы с родителями. Особенности организации и проведения тренинга с родителями. Темы и содержание тренингов с родителями. Организация и проведение тренинга с детьми и		

		подростками. Основные задачи тренинговой работы с детьми и подростками. Особенности организации тренинга с детьми и подростками. Темы и содержание тренингов с детьми и подростками.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Разработка программы тренинга для различных групп. Определение целей, задач, сценарий тренинга, подбор упражнении.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Особенности организации тренингов. Задачи тренера. Техники психологического тренинга и критерии их подбора.		

Заочная форма обучения

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание и формы занятий	Контактная работа (часы)	Самостоя-тельная работа (часы)
Модуль №1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ				
	Название раздела 1	**МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**		
1.1.	**Тема** Понятие и виды психологического тренинг	**Лекции** Понятие психологического тренинга. Тренинг как метод преднамеренных изменений. Основные функции тренинга: диагностическая, преобразующая, корректирующая, профилактическая, адаптационная. Отличие тренинга от психотерапии. Виды психологического тренинга и их краткая характеристика. Классификация психологического тренинга.		
		Практические/семинарские / лабораторные занятия Методы работы психолога по цели (информирование, консультирование, интервенция, тренинг) и форме (индивидуальные, групповые).		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Различные определения тренинга. История развития психологического тренинга. Анализ определений понятия «психологический тренинг». Парадигмы тренинга: дрессура, тренировка, активное обучение, создание условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими решения проблем. Специфические черты тренинга как метода групповой работы. Сферы применения психологического		

		тренинга.		
1.2.	**Тема** Психологические особенности тренинговой группы	**Лекции** Группа как объект и предмет психологической теории и практики. Преимущества групповой формы психологической работы. Цели тренинговой группы. Характеристики тренинговой группы. Групповая динамика. Групповые нормы.		
		Практические/<u>семинарские</u> / лабораторные занятия Понятие о групповой сплоченности. Гомогенность и гетерогенность тренинговых групп. Качественный состав тренинговых групп. Количественный состав тренинговых групп.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос, решение ситуационных задач) Ролевые позиции в группе. Сущность группового психологического тренинга. Групповая терапия, коррекция, обучение и групповой тренинг: их общность и различия. Многообразие видов группового тренинга. Сущность понятия «группа» как объекта и предмета психологической теории и практики. Групповая сплоченность как механизм работоспособности группы. Групповой процесс. Описание основных стадий и механизмов. Этапы возникновения и развития группового психологического тренинга. Что общего и в чем разница между групповой терапией, коррекцией, обучением и групповым психологическим тренингом.		
1.3	**Тема** Классификация и основные виды тренинговых групп	**Лекции** Подходы к организации и проведению тренинговых групп.		
		Практические/<u>семинарские</u> / лабораторные занятия Различные подходы к организации тренинговых групп: гешталь-подход, групп-аналитический подход, трансакционный подход, телесно-ориентированный подход, арт-терапевтический подход к организации и проведению тренинговых групп.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос, решение ситуационных задач) Сущность и характеристика х подходов к психологическим тренингам. Гешталь-подход. Групп-аналитический подход. Трансакционный подход. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Арт-терапевтический подход.		

	Название раздела 2	СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА		
2.1	**Тема** Принципы организации и проведения психологического тренинга	**Лекции** Принципы создания среды тренинга: системная детерминация, реалистичность, избыточность. Принципы поведения участников тренинга, организационные принципы.		
		Практические/семинарские / лабораторные занятия Безопасность участников. Развитие психологического доверия в группе. Ограничения группового опыта.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Понятие о принципах психологического тренинга. Связь принципов тренинга и изменений. Принципы создания среды тренинга. Принципы поведения участников тренинга. Организационные принципы. Организационные аспекты подготовки тренинга: требования к помещению, оборудованию. Этические принципы тренинговой работы. Требования к подготовке ведущего. Принципы поведения участников: активность, исследовательская и творческая позиция, субъект-субъектное общение, объективация поведения, искренность, принцип «здесь и теперь». Организационные принципы: физическая закрытость, комплектование группы (гомогенность – гетерогенность), пространственно-временна организация. Этические принципы (соответствие заявленных целей тренинга его содержанию, конфиденциальность, «ненанесение» ущерба).		
2.2	**Тема** Методические средства психологического тренинга	**Лекции** Классификация методических средств: техники представления информации, иммитационные техники, техники создания реальной среды. Техники представления информации: дискуссии, лекции ведущего тренинг, систематизированные обзоры, программированные инструкции, групповой анализ оценок и самооценок, техники модерации (знаково-символического отображения процесса и результатов работы в тренинге). Иммитационные техники: ролевые и деловые игры, психогимнастика, визуализация, проективное рисование, дискуссия и ее варианты.		
		Практические/семинарские / лабораторные занятия Психодрама и социодрама (Дж.Морено,1964). Ролевые и операционные (деловые) игры. Психогимнастика. Мозговой штурм как вид имитационных техник, виды и правила проведения. Анализ конкретных случаев. Медитация, управляемое воображение, визуализация.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос)		

		Понятие о методических средствах психологического тренинга. Методические требования к отбору содержания лекций и материалов систематизированных обзоров: новизна информации, представление информации в разных модальностях, адресное представление информации с учетом потребностей группы в целом и отдельных участников. Характеристика систематизированных обзоров и программированных инструкций. Правила и место применения психогимнастических упражнений. Правила проведения дискуссий. Понятие фокус-группы. Основные направления применения рисуночных техник: диагностическое, развивающее, терапевтическое. Техники создания реальной среды: выполнение участниками тренинга реальных задач в группе, либо на рабочем месте, ротация и стажировка. Имитационные техники и их предназначение.		
Модуль № 2 ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ				
	Название раздела 1	**МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**		
1.1	**Тема** Методика организации психологического тренинга	**Лекции** Определение потребности в психологическом тренинге в профессионально ориентированных программах. Анализ профессиональных задач. Организационный анализ. Персональный анализ. Особенности комплектования групп психологического тренинга.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Проблемы планирования тренинга и составления программы тренинга. Требования к организации психологического тренинга. Этапы подготовки к тренингу. Описание программы психологического тренинга. Структура тренингового занятия. Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник. Анализ тренингового занятия.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Информирование претендентов. Численность группы. Возраст участников. Формальный статус участников. Образование и профессиональная принадлежность. Национальная и религиозная принадлежность. Индивидуально-психологические особенности участников. Критерии невключения в группу тренинга: низкая мотивация, близкое родство (знакомство), ригидность, выраженные акцентуации шизоидного или возбудимого типа, наличие иной, чем у большинства группы специальности (для тренинга специальных умений), отклонения от психической нормы (психопатизация), количественный критерий (больше14 участников), плохое актуальное соматическое состояние, негативное отношение со стороны участников		

		группы, отношения непосредственного подчинения, возраст (старше 60 лет), существенно сниженный интеллектуальный потенциал, сексуальная девиация, резкий контраст профессиональной компетентности или личностного развития.Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник. Анализ тренингового занятия.		
1.2	**Тема** Деятельность ведущего психологический тренинг	**Лекции** Требования к личности и умениям ведущего психологический тренинг. Этапы работы в тренинге и деятельность ведущего на каждом из них.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Деятельность ведущего на различных этапах пренинга: - Этап создания работоспособности: знакомство участников, определение правил и принципов работы группы, решение определенных задач. Рефлексия тренера. Специфические эффекты этапа создания работоспособности. -Этап ориентации: уточнение и конкретизация участниками своих индивидуальных целей в тренинге. Характерные эффекты этапа ориентации. - Этап изменений: апробация и освоение новых установок, навыков и умений.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Поэтапность формирования. Целостное действие. Диагностика на этапе изменений. Завершающий этап: получение каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработка вариантов применения полученных результатов на практике. Роли ведущего группой. Стили руководства группой. Этические нормы деятельности ведущего психологический тренинг.		
1.3	**Тема** Организация обратной связи	**Лекции** не предусмотрено		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Не предусмотрено		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник.Понятие «обратной связи». Факторы, определяющие специфику организации обратной связи в ходе тренинга. Позитивная и негативная обратная связь. Варианты организации обратной связи в тренинге. Виды обратной связи. Средства подачи материализованной обратной связи. Техники организации обратной связи в психологическом тренинге.		

	Название раздела 2	**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИНГОВАЙ РАБОТЫ**		
2.1	**Тема** Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений.	**Лекции** Эффекты тренинга. Критерии эффективности. Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Методы мониторинга тренинговых программ: 1) Методы, направленные на выявление субъективных мнений, суждений и оценок участников тренинга; 2) Методы, выявляющие изменение знаний, развитие умений и изменение установок участников; 3) Методы, фиксирующие изменения в реальном поведении, деятельности, общении.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека в психологическом тренинге с точки зрения практиков: особенности психических процессов, навыки и умения, установки, отношения личности, представления о себе (Я-концепция), система ценностей и целей, уровень рефлексии, эффективность профессиональной деятельности, экономическое благополучие, состояние здоровья, продолжительность жизни. Проблема критериев эффективности тренинга. Модели описания результатов тренинга Д.Киркпатрика, М.Блам и Д.Нэйлор. Психологические, предметные, экономические критерии эффективности тренинга, критерии, используемые в психолого-педагогической деятельности.		
2.2	**Тема** Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность	**Лекции** Групповая динамика, умения приобретаемые в группе.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Не предусмотрено		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Понятие «переноса» в узком и широком смысле слова. Требования, соблюдение которых ведет к высокой вероятности переноса результатов тренинга в профессиональную реальность (Векслии и Латама). Факторы «силы эффекта» тренинга. Факторы «последействия эффекта» тренинга.		

	Название раздела 3	**ПРОГРАММЫ ТРЕНИНГА ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП**		
3.1	**Тема** Планирование, организация и проведение тренингов.	**Лекции** Особенности планирования, организации тренинга с различными категориями групп. Определение направлений работы.		
		Практические/семинарские/лабораторные занятия Разработка программы тренинга для различных групп. Определение целей, задач, сценарий тренинга, подбор упражнении.		
		Самостоятельная работа студентов (устный опрос) Организация и проведение тренинга с педагогами. Основные задачи тренинговой работы с педагогами. Особенности организации и проведения тренинга с педагогами. Темы и содержание тренингов с педагогами. Организация и проведение тренинга с родителями. Основные задачи тренинговой работы с родителями. Особенности организации и проведения тренинга с родителями. Темы и содержание тренингов с родителями. Организация и проведение тренинга с детьми и подростками. Основные задачи тренинговой работы с детьми и подростками. Особенности организации тренинга с детьми и подростками. Темы и содержание тренингов с детьми и подростками.		

4.2. Темы занятий с применением интерактивных технологий

Тема практических занятий	Интерактивные формы проведения занятий	Трудоемкость (час)
Понятие и виды психологического тренинга	Презентация	2
Психологические особенности тренинговой группы	Презентация	2
Методические средства психологического тренинга	Презентация	4
Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений.	Презентация	4

Примечание: Дисциплина реализуется с применением дистанционных образовательных технологий.

* - Формы текущего контроля успеваемости: УС-устное собеседование, СЗ-ситуационные задачи, ДЗ- домашнее задание, БРС - бально-рейтинговая система, Д-дистанционно.

Доступ к ДОТ осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: https://avtorvuz.sport-ural.ru/. Пароль и логин к личному кабинету/профилю/учетной записи предоставляется обучающемуся в учебном отделе.

Все формы текущего контроля, проводимые в системе дистанционного обучения, оцениваются в системе дистанционного обучения (СДО). Преподаватель оценивает выполненные обучающимся работы не позднее 10 рабочих дней после окончания срока выполнения.

Для работы в общеакадемической СДО Екатеринбургский институт физической культуры (филиал) «УралГУФК» необходимо:

Авторизоваться на сайте общеакадемической системы дистанционного обучения https://avtorvuz.sport-ural.ru/

Авторизацию нужно провести с использованием своей учетной записи, полученной в учебном отделе **Екатеринбургского института физической культуры (филиал) «УралГУФК»**.

Для просмотра содержимого курса, доступ к которому Вам предоставлен, достаточно:

1. Перейти на сайт https://avtorvuz.sport-ural.ru/ ;
2. Авторизоваться, используя данные своей учетной записи;
3. Выбрать структурное подразделение, курс, группу и дисциплину.

5. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа организуется с целью формирования общекультурных компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации СР:

1. Аудиторная СР под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

2. Внеаудиторная СР под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Виды СР обучающихся:

Методические рекомендации студентам по изучению рекомендованной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных

систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к семинарскому занятию на основе изучения научной и учебной литературы. Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, особое внимание, уделяя целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Для подготовки к занятиям, текущему контролю и промежуточной аттестации студенты могут воспользоваться электронной библиотекой ВУЗа, они имеют возможность получить доступ к учебно-методическим материалам как библиотеки ВУЗа, так и иных электронных библиотечных систем. В свою очередь, студенты могут взять на дом необходимую литературу на абонементе вузовской библиотеки, а также воспользоваться читальными залами вуза.

Подготовка к практическому занятию.

Практическое занятие − это занятие, проводимое под руководством преподавателя на базе медицинского учреждения, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения.

Подготовка к промежуточному контролю по дисциплине.

Экзамен/Зачет является неотъемлемой частью учебного процесса и призван закрепить и упорядочить знания студента, полученные на занятиях и самостоятельно. Сдачи экзамена предшествует работа студента на лекционных, семинарских занятиях и самостоятельная работа по изучению предмета. Отсутствие студента на занятиях без уважительной причины и невыполнение заданий самостоятельной работы является основанием для недопущения студента к зачету. Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учётом примерных вопросов, содержащихся в программе. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованную учебную и научную литературу. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершенной, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой теме. Для обеспечения полноты ответа на вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. Это позволит сэкономить время для подготовки непосредственно перед экзаменом за счёт обращения не к литературе, а к своим записям. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы, с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Очная форма обучения

Модуль №1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ Название раздела 1 **МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА** Тема **Понятие и виды психологического тренинг**
Содержание Различные определения тренинга. История развития психологического тренинга.

Форма отчетности Устный опрос
Тема **Психологические особенности тренинговой группы**
Содержание Групповая терапия, коррекция, обучение и групповой тренинг: их общность и различия. Многообразие видов группового тренинга.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Классификация и основные виды тренинговых групп**
Содержание Сущность и характеристика подходов к психологическим тренингам
Форма отчетности Устный опрос
Название раздела 2 **СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА** Тема **Принципы организации и проведения психологического тренинга**
Содержание Понятие о принципах психологического тренинга. Связь принципов тренинга и изменений. Принципы создания среды тренинга. Принципы поведения участников тренинга. Организационные принципы.
Форма отчетности Устный опрос
Тема Методические средства психологического тренинга
Содержание Методические требования к отбору содержания лекций и материалов систематизированных обзоров: новизна информации, представление информации в разных модальностях, адресное представление информации с учетом потребностей группы в целом и отдельных участников. Характеристика систематизированных обзоров и программированных инструкций.
Форма отчетности Устный опрос
Модуль № 2 ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ
Название раздела 1 **МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА**

Тема **Методика организации психологического тренинга**
Содержание Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник. Анализ тренингового занятия.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Деятельность ведущего психологический тренинг**
Содержание Поэтапность формирования. Целостное действие. Диагностика на этапе изменений. Завершающий этап: получение каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработка вариантов применения полученных результатов на практике.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Организация обратной связи**
Содержание Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник.
Форма отчетности Устный опрос
Название раздела 2 **ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИНГОВАЙ РАБОТЫ** Тема **Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений**
Содержание Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека в психологическом тренинге с точки зрения практиков: особенности психических процессов, навыки и умения, установки, отношения личности, представления о себе (Я-концепция), система ценностей и целей, уровень рефлексии, эффективность профессиональной деятельности, экономическое благополучие, состояние здоровья, продолжительность жизни.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность**
Содержание

Групповая динамика, умения приобретаемые в группе.
Форма отчетности Устный опрос
Название раздела 3 **ПРОГРАММЫ ТРЕНИНГА ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП** Тема **Планирование, организация и проведение тренингов.**
Содержание Особенности организации тренингов. Задачи тренера. Техники психологического тренинга и критерии их подбора.
Форма отчетности Устный опрос

Заочная форма обучения

Модуль №1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ Название раздела 1 **МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА** Тема **Понятие и виды психологического тренинг**
Содержание Различные определения тренинга. История развития психологического тренинга. Анализ определений понятия «психологический тренинг». Парадигмы тренинга: дрессура, тренировка, активное обучение, создание условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими решения проблем. Специфические черты тренинга как метода групповой работы. Сферы применения психологического тренинга.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Психологические особенности тренинговой группы**
Содержание Ролевые позиции в группе. Сущность группового психологического тренинга. Групповая терапия, коррекция, обучение и групповой тренинг: их общность и различия. Многообразие видов группового тренинга. Сущность понятия «группа» как объекта и предмета психологической теории и практики. Групповая сплоченность как механизм работоспособности группы. Групповой процесс. Описание основных стадий и механизмов. Этапы возникновения и развития группового психологического тренинга. Что общего и в чем разница между групповой терапией, коррекцией,

обучением и групповым психологическим тренингом.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Классификация и основные виды тренинговых групп**
Содержание Сущность и характеристика х подходов к психологическим тренингам. Гешталь-подход. Групп-аналитический подход. Трансакционный подход. Психодраматический подход. Телесно-ориентированный подход. Арт-терапевтический подход.
Форма отчетности Устный опрос
Название раздела 2 **СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА** **Тема** Принципы организации и проведения психологического тренинга
Содержание Понятие о принципах психологического тренинга. Связь принципов тренинга и изменений. Принципы создания среды тренинга. Принципы поведения участников тренинга. Организационные принципы. Организационные аспекты подготовки тренинга: требования к помещению, оборудованию. Этические принципы тренинговой работы. Требования к подготовке ведущего. Принципы поведения участников: активность, исследовательская и творческая позиция, субъект-субъектное общение, объективация поведения, искренность, принцип «здесь и теперь». Организационные принципы: физическая закрытость, комплектование группы (гомогенность – гетерогенность), пространственно-временна организация. Этические принципы (соответствие заявленных целей тренинга его содержанию, конфиденциальность, «ненанесение» ущерба).
Форма отчетности Устный опрос
Тема Методические средства психологического тренинга
Содержание Понятие о методических средствах психологического тренинга. Методические требования к отбору содержания лекций и материалов систематизированных обзоров: новизна информации, представление информации в разных модальностях, адресное представление информации с учетом потребностей группы в целом и отдельных участников. Характеристика систематизированных обзоров и программированных инструкций. Правила и место применения психогимнастических упражнений. Правила проведения дискуссий. Понятие фокус-группы. Основные направления применения рисуночных техник: диагностическое, развивающее, терапевтическое. Техники создания реальной среды: выполнение участниками тренинга реальных задач в группе, либо на рабочем месте, ротация и стажировка. Имитационные техники и их предназначение.
Форма отчетности Устный опрос
Модуль № 2 ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ

Название раздела 1 **МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА** Тема **Методика организации психологического тренинга**
Содержание Информирование претендентов. Численность группы. Возраст участников. Формальный статус участников. Образование и профессиональная принадлежность. Национальная и религиозная принадлежность. Индивидуально-психологические особенности участников. Критерии невключения в группу тренинга: низкая мотивация, близкое родство (знакомство), ригидность, выраженные акцентуации шизоидного или возбудимого типа, наличие иной, чем у большинства группы специальности (для тренинга специальных умений), отклонения от психической нормы (психопатизация), количественный критерий (больше14 участников), плохое актуальное соматическое состояние, негативное отношение со стороны участников группы, отношения непосредственного подчинения, возраст (старше 60 лет), существенно сниженный интеллектуальный потенциал, сексуальная девиация, резкий контраст профессиональной компетентности или личностного развития.Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник. Анализ тренингового занятия.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Деятельность ведущего психологический тренинг**
Содержание Поэтапность формирования. Целостное действие. Диагностика на этапе изменений. Завершающий этап: получение каждым участником и группой в целом обобщенной и индивидуализированной информации об эффективности работы и возможностях ее продолжения, проработка вариантов применения полученных результатов на практике. Роли ведущего группой. Стили руководства группой. Этические нормы деятельности ведущего психологический тренинг.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Организация обратной связи**
Содержание Подбор упражнений. Приемы создания тренинговых техник.Понятие «обратной связи». Факторы, определяющие специфику организации обратной связи в ходе тренинга. Позитивная и негативная обратная связь. Варианты организации обратной связи в тренинге. Виды обратной связи. Средства подачи материализованной обратной связи. Техники организации обратной связи в психологическом тренинге.
Форма отчетности Устный опрос
Название раздела 2 **ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ТРЕНИНГОВАЙ РАБОТЫ**

Тема **Оценка эффективности тренинга как метода преднамеренных изменений**
Содержание Вероятность преднамеренных изменений психологических феноменов человека в психологическом тренинге с точки зрения практиков: особенности психических процессов, навыки и умения, установки, отношения личности, представления о себе (Я-концепция), система ценностей и целей, уровень рефлексии, эффективность профессиональной деятельности, экономическое благополучие, состояние здоровья, продолжительность жизни. Проблема критериев эффективности тренинга. Модели описания результатов тренинга Д.Киркпатрика, М.Блам и Д.Нэйлор. Психологические, предметные, экономические критерии эффективности тренинга, критерии, используемые в психолого-педагогической деятельности.
Форма отчетности Устный опрос
Тема **Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность**
Содержание Понятие «переноса» в узком и широком смысле слова. Требования, соблюдение которых ведет к высокой вероятности переноса результатов тренинга в профессиональную реальность (Векслии Латама). Факторы «силы эффекта» тренинга. Факторы «последействия эффекта» тренинга.
Форма отчетности Устный опрос
Название раздела 3 **ПРОГРАММЫ ТРЕНИНГА ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП** Тема **Планирование, организация и проведение тренингов.**
Содержание Организация и проведение тренинга с педагогами. Основные задачи тренинговой работы с педагогами. Особенности организации и проведения тренинга с педагогами. Темы и содержание тренингов с педагогами. Организация и проведение тренинга с родителями. Основные задачи тренинговой работы с родителями. Особенности организации и проведения тренинга с родителями. Темы и содержание тренингов с родителями. Организация и проведение тренинга с детьми и подростками. Основные задачи тренинговой работы с детьми и подростками. Особенности организации тренинга с детьми и подростками. Темы и содержание тренингов с детьми и подростками.
Форма отчетности Устный опрос

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ) ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Примеры оценочных средств для текущего контроля успеваемости

1. Практические задания:

Практическое задание №1

Цель задания: на основе знаний о групповой динамике, принципов психологического тренинга описать процесс проектирования и реализации психологического тренинга.

Содержание задания.

1) Разработайте программу психологического тренинга.
2) Подберите способы оценки эффективности тренинга.
3) Поясните связь упражнений и с целью тренинга.

Критерии оценки:

2 балла	- проект не оформлен письменно, или оформлен крайне небрежно. - студент не может объяснить цель упражнения в данном проекте, и обосновать его использование. - студент не способен связать упражнение с целью тренинга. - студент не способен подобрать методы адекватные поставленной задаче.
3 балла	- Проект оформлен письменно. - студент выделяет все основные структурные единицы программы исследования (цель, задачи, методы, способы подбора и конструирования упражнений и т.д.). - студент не способен связать упражнение с целью тренинга. - студент не способен подобрать методы адекватные поставленной задаче.
4 балла	- проект соответствует заданной цели. - упражнения выстроены в соответствии с закономерностями развития группы. - студент выделяет все основные структурные единицы программы исследования (цель, задачи, методы, способы подбора и конструирования упражнений и т.д.). - студент подбирает методы психологической работы адекватные поставленной задаче; - тренинг строится с учетом основных принципов психологического тренинга. - студент может выделить этапы тренинга в программе, оценить временные затраты на выполнение того или иного действия.
5 баллов	- может объяснить целисообразность данного действия, и ожидаемые результаты. - при проведении тренинга ведет себя уверенно и легко входит в контакт со всеми участниками тренинговой групп.

2. Кейс-задачи

Описание ситуации: Вы– психолог, тренер. К вам обратились с просьбой провести тренинг на сплочение. Известно, что тренинг предназначен для учащихся 9 класса. Последнее время замечена эмоциональная напряженность в классе, чем обычно, часто возникают конфликты, класс разделился на группы.

Задания.

1. Выясните всё, что нужно, чтоб подготовить программу тренинга.
2.Составьте план работы с данным классом. Обоснуйте свои действия.
3. Составьте список обязательных вопросов для встречи.

Критерии оценивания:

оценка «зачтено»	оценка «не зачтено»
- в плане работы с субъектами ситуации предложены действия и мероприятия соответствующие поставленной задаче, - при описании планов работы студен опирается на знания, полеченные в рамках лекционных курсов дисциплины и разделов самостоятельной работы; - использует научную терминологию.	- описание последующих действий дается «бытовым» языком; - планируемые действия и мероприятия фрагментарны и не соответствуют поставленной задаче, студент не может обосновать цель планируемых действий.

Вопросы к устному зачету/экзамену

1. Понятие психологического тренинга. Тренинг как метод преднамеренных изменений.
2. Различие между психологическим тренингом и психотерапии
3. Классификация психологического тренинга.(С.И.Макшанов) и ее краткая характеристика
4. История возникновения индивидуальных форм тренинга
5. Групповые формы тренинга. Характеристика Т-групп
6. Понятие социально-психологического тренинга (СПТ). Его цели и организация.
7. Групповые формы тренинга: интеллектуальный тренинг, тренинг принятия решений, тренинг уверенности, мотивационный тренинг
8. Принципы психологического тренинга. Принципы создания среды, принципы поведения участников тренинга.
9. Организационные и этические принципы психологического тренинга(ПТ)
10. Методические средства психологического тренинга и их общая характеристика. Техники создания реальной среды
11. Техники представления информации
12. Имитационные техники
13. Оценка эффективности психологического тренинга. Критерии эффективности
14. Методика организации психологического тренинга(определение потребности, численность группы, возраст участников, формальный статус, образование и профессиональная ,национальная и религиозная принадлежность, индивидуально-психологические особенности участников)
15. Основные требования к ведущему ПТ
16. Этические аспекты деятельности ведущего ПТ
17. Этапы тренинга. Деятельность ведущего на различных этапах ПТ
18. Понятие обратной связи. Методика организации обратной связи
19. Факторы переноса результатов тренинга в профессиональную реальность(факторы «силы воздействия», факторы «последействия эффекта»)
20. Психодиагностические возможности тренинга
21. Подходы к определению понятия «психологический тренинг».
22. Методы практической работы психолога. Отличия психологического тренинга от терапии, коррекции и обучения.
23. Специфические черты психологического тренинга как метода практической

работы психолога.
24. Парадигмы психологического тренинга: дрессура, тренировка, активное обучение, создание условий для самораскрытия участников и самостоятельного поиска ими решения проблем.
25. Виды психологического тренинга.
26. Тренинговые группы. Преимущества групповой формы работы в психологическом тренинге.
27. Классификация и основные виды психологических тренинговых групп.
28. Цели, направления и задачи психологической тренинговой группы.
29. Групповая динамика в психологическом тренинге.
30. Предмет работы и функции ведущего психологическую тренинговую группу.
31. Роли ведущего психологический тренинг.
32. Этапы деятельности ведущего психологический тренинг, содержание деятельности ведущего на каждом из них.
33. Понятие о принципах психологического тренинга.
34. Организационные принципы психологического тренинга.
35. Принципы создания среды психологического тренинга.
36. Принципы поведения участников психологического тренинга.
37. Этические принципы психологического тренинга.
38. Этапы деятельности ведущего психологический тренинг и принципы реализуемые на каждом из них.
39. Методы психологического тренинга. Классификация методов психологического тренинга.
40. Методы представления информации в психологическом тренинге: определение, основные методы, их определение, функции.
41. Иммитационные методы психологического тренинга: определение, основные методы, их определение, функции. Примеры упражнений, реализующих иммитационные методы.
42. Визуализация как метод психологического тренинга. Примеры упражнений, реализующих метод визуализации.
43. Психогимнастика как метод психологического тренинга. Примеры упражнений, реализующих метод психогимнастики.
44. Ролевая игра как метод психологического тренинга. Примеры ролевых игр, используемых в психологическом тренинге.
45. Проективное рисование как метод психологического тренинга. Примеры упражнений, реализующих метод проективного рисования.
46. Лекция как метод психологического тренинга.
47. Систематизированный обзор как метод психологического тренинга. Пример систематизированного обзора (подготовить свой печатный вариант).
48. Программированная инструкция как метод психологического тренинга. Пример программированной инструкции (подготовить свой печатный вариант).
49. Дискуссия как метод психологического тренинга. Пример тем для дискуссии.
50. Этапы выполнения упражнений в психологическом тренинге. Инструктирование участников тренинга. Завершение процедурной части упражнения. Обсуждение выполнения упражнения. Пример упражнения и его выполнения.
51. Проблема подготовки к тренингу и составления тренинговой программы. Требования к организации психологических тренингов.
52. Этапы подготовки ведущего к тренингу.
53. Принципы построения программы тренинга. Основные разделы программы тренинга, их содержание.
54. Структура тренингового занятия, описание работы ведущего и группы на каждом этапе.

55. Эффекты психологического тренинга. Критерии эффективности тренинга.
56. Методы мониторинга тренинговых программ.
57. Показания к использованию психологического тренинга с детьми и подростками. Основные задачи и виды психологического тренинга с детьми и подростками.
58. Формирование детской и подростковой психологической тренинговой группы.
59. Принципы проведения психологического тренинга с детьми и подростками.
60. Организация психологической тренинговой работы с детьми и подростками.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ (РЕФЕРАТОВ)

Не предусмотрена

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

1.Рамендик, Д. М. Психологический практикум : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Д. М. Рамендик, О. В. Одинцова.— 2-е изд., стер.— Москва : Академия, 2009.— 192 с.— ISDN 978-5-7695-6588-5.— Текст: непосредственный.

2.Марчук, Н.Ю. Методические материалы по дисциплине «Психологические тренинги в Адаптивной физической культуре» — Екатеринбург, 2020.

8.2. Дополнительная литература

2. Василенко, Т. Д. Психология. Тестовый контроль знаний : учебное пособие для студентов вузов / Т. Д. Василенко, В. Б. Никишина.— Москва : Владос, 2005.— 109 с.— ISDN 5-691-01383-1.— Текст: непосредственный.

3. Что вы знаете и чего не знаете о себе и других: психологические тесты и наблюдения над странностями человеческой психологии / составитель С. С.Степанов.— Москва : Семья и школа, 1994.— 160 с.— ISDN 5-88539-020-7.— Текст: непосредственный.

8.3 Электронные ресурсы

1.Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для академического бакалавриата / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 136 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/trening-lichnostnogo-rosta-434158 (дата обращения: 02.04.2019).

2. Чиркова, Ю. В. Специальная психология. Тест детской апперцепции в диагностике психологической защиты : учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / Ю. В. Чиркова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 163 с. — (Серия : Авторский учебник). — ISBN 978-5-534-05558-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/book/specialnaya-psihologiya-test-detskoy-appercepcii-v-diagnostike-psihologicheskoy-zaschity-441309 (дата обращения: 02.04.2019).

3. Шарапов, А. О. Технологии психологического консультирования : учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, О. В. Матвеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 178 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-

12011-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/446660 (дата обращения: 19.11.2019).

8.4. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины (модуля)

Единое окно доступа к образовательным ресурсам http://window.edu.ru/

Министерство образования и науки РФ http://Минобрнауки.рф/Российское образование http://www.edu.ru/

Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Online http://biblioclub.ru/

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

9.1. Программное обеспечение.

ROSA ENTERPRISE LINUX DESKTOP
WPS OFFICE 2016 Linux
Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита)
Система «Ведомости кафедры»
Мультимедийное сопровождение дисциплины

9.2. Материально-техническое обеспечение

311 учебная аудитория Екатеринбург, ул. Шаумяна. 85

Парты – 17 шт., стулья – 30 шт., жалюзи, телевизор – 1 шт., доска классная – 1 шт., стол письменный – 1 шт., трибуна – 1 шт., ноутбук – 1 шт., презентации по основным темам – 7 шт., плакаты – 4 шт., стенд – 2 шт. Программное обеспечение GNU GPL: Операционная система Linux + Офисный пакет LibreOffice + Браузер Chromium, Mozilla Firefox

10. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

- В рамках дисциплины предполагается изучение следующих разделов:
  - Методологические аспекты психологического тренинга
  - Структура психологического тренинга
  - Методические аспекты психологического тренинга
  - Оценка эффективности тренинговой работы
  - Программы тренинга для различных категорий групп.

При подготовке к лекционным занятиям студенту необходимо:

- тщательно изучить содержание программы и теоретический материал, изложенный в предыдущей лекции;
- изучить основные термины и понятия по теме, при необходимости дополнить новыми определениями;
- изучить материал, не рассмотренный на лекциях и практических занятиях, и предложенный преподавателем для самостоятельного изучения, ориентируясь на задания для самостоятельной работы.

При выполнении практических заданий следует придерживаться следующей схемы: характеристика нарушений, изучение вторичных отклонений и методика АФК.

По всем разделам предусмотрено выполнение студентами различных видов самостоятельной работы:

- самостоятельная работа во время основных аудиторных занятий (лекций, семинаров, лабораторных работ);
- самостоятельная работа под контролем преподавателя в форме плановых консультаций и творческих контактов;
- внеаудиторная самостоятельная работа при выполнении студентом домашних заданий учебного и творческого характера.

Для подготовки к аттестации рекомендуется:
- изучить лекционный и практический материал;
- изучить материалы, представленные по данной дисциплине в библиотеке или воспользоваться электронной библиотекой;
- использовать самообучающие программы;

Контроль над самостоятельной работой осуществляется преподавателем как на занятиях, так и в дополнительное время, представленное для индивидуальной работы со студентами.

Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

1. Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной ООП с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

2. В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению: размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме информации; выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху: надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата: возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

3. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися.

4. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории студентов	**Формы**
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа;
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;
С нарушением опорно-	- в печатной форме;

двигательного аппарата	- в форме электронного документа; - в форме аудиофайла;

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

5. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1 Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории студентов	**Виды оценочных средств**	**Формы контроля и оценки результатов обучения**
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	Письменная проверка

5.2 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:
- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:
- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

1. Инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно с использованием услуг сурдопереводчика);

2. Доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом, задания предоставляются с использованием сурдоперевода);
3. Доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов. Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием
дистанционных образовательных технологий.

6.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины. В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа. Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т. е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися, которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине. Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:
- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование, использование аудио петли (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для самостоятельной работы – стандартные рабочие места с персональными компьютерами.

Приложение №1

Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности

Балльно-рейтинговая система оценивания учебных достижений студентов (формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности)

Виды деятельности	Тема	Критерии оценки	Баллы	
			min	max
Модуль № 1.			10	20
Посещение занятий (9)	Посещение 1 занятия – 1 балл	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	4	8
Контроль Проверка основных понятий, терминов (1)	Модуль 1 , темы 1.2., раздел 2 Тема 2.1. Модуль 2 Темы 2.1-2.3 Модуль 3, Тема 3.1. Устный опрос, решение ситуационных задач	0-1 ошибка – 10 баллов (высокий уровень) 2-5 ошибок – 7 баллов (продвинутый уровень) 6-10 ошибок – 5 баллов (пороговый уровень) Более 10 ошибок – работа не засчитывается	4	6
Тестирование на знание темы (1)	Модуль 1 , темы 1.2., раздел 2 Тема 2.1. Модуль 2 Темы 2.1-2.3 Модуль 3, Тема 3.1. Устный опрос, решение ситуационных задач	81-100% правильных ответов – 10 баллов 60-80% правильных ответов – 7 баллов 50 – 60% правильных ответов – 5 баллов	5	7
СРС По плану (3)	В соответствии с планом занятий	Оценивается правильность устного ответа Дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи. Ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента. - Дан полный, но недостаточно последовательный ответ на поставленный вопрос, но при этом показано умение выделить существенные и несущественные признаки и причинно-следственные связи. Могут быть допущены 2-3 ошибки в определении основных понятий, которые студент затрудняется исправить самостоятельно. - Дан неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях.	3 2 1	5,5 3 1

		Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.		
Модуль № 2.			10	20
Посещение занятий (11)	Посещение 1 занятия – 1 балл	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	4	6
Контроль Тестирование (2)	тема 2.1 тема 2.2.	50 – 60% правильных ответов – 3 балла 60-80% правильных ответов – 4 балла 81-100% правильных ответов – 5 балла	3	5
Устный опрос (2)	тема 2.1 тема 2.2.	Оценивается ответ	3	5
СРС По плану (6)		Оценивается ответ	0,5	1,1
Творческое задание по теме (2)	По теме	Оценивается качество, достаточность и полезность информации	3	5
Посещение занятий (11)	Посещение 1 занятия – 1 балл	Присутствие и активность на занятии, составление конспекта	4	6
Устный опрос (2)	тема 2.1 тема 2.2.	Оценивается ответ	3	5
СРС По плану (6)		Оценивается ответ	0,5	1,1
Итого			**60**	**100**

Приложение 2

Аннотация дисциплины

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»

направление подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

1. *Место дисциплины* в структуре ООП. Данная дисциплина относится к вариативной части, дисциплин по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений Б1.В. ДВ. 05.02/, блока 1 «Дисциплины (модули)».

2. Результаты обучения по дисциплине

ПК - 2	Знание закономерностей развития различных видов заболеваний и поражений организма человека, вторичных отклонений, обусловленных основным заболеванием и поражением, сопутствующих основному дефекту, заболеванию, поражению и способность осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и тендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья

3. Содержание дисциплины.

Модуль №1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ
Название раздела 1 Методологические аспекты психологического тренинга
Название раздела 2 Структура психологического тренинга

Модуль № 2 ТЕХНОЛОГИИ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИНГОВОЙ РАБОТЫ
Название раздела 1 Методические аспекты психологического тренинга
Название раздела 3 Оценка эффективности тренинговой работы
Название раздела 4 Программы тренинга для различных категорий групп.

Очная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры			
		5	**6**	**7**	**8**
Зачетные единицы	з.е.			4	
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час			144	
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен			экзамен	
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час			54,4	
Лекции (Лек)	час			18	
Практические занятия (Пр)	час			36	
Семинары	час				

Лабораторные работы (Лаб)	час				
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час			0,4	
Самостоятельная работа, в том числе	час			72	
Курсовая работа (КР)	час				
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час			17,6	
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час			12	

Заочная форма обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры			
		5	**6**	**7**	**8**
Зачетные единицы	з.е.				4
Общая трудоемкость (итого академических часов по плану)	час				144
Вид промежуточной аттестации (зачет, экзамен)	зачет/экзамен				экзамен
Контактная работа (контакт. часы), в том числе:	час				14,4
Лекции (Лек)	час				4
Практические занятия (Пр)	час				10
Семинары	час				
Лабораторные работы (Лаб)	час				
Контактные часы на аттестацию (Кат)	час				0,4
Самостоятельная работа, в том числе	час				120,6
Курсовая работа (КР)	час				
Часы на контроль (подготовка к экзамену)	час				9
Часов в интерактивной форме (Интер. часы)	час				12