

Министерство образования и науки Республики Бурятия

ГАПОУ РБ «Республиканский многоуровневый колледж»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
по учебной работе
Сергей
«19» 09 2013 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Преподаватель (и) Балтукова Норжима Пурбодоржиевна
Учебная дисциплина Психология адаптации
(наименование)

Специальность (профессия) 29.02.10 Конструирование, моделирование и
технология изготовления изделий легкой промышленности (по видам)
код и наименование специальности (профессии)

Группа 236

Составлен в соответствии с рабочей программой (учебной дисциплины),
утверждённой

н1 от 13.09.2013

(дата утверждения, кем утверждена)

Рассмотрен на заседании ПЦК

Технология

Протокол № 1 «03» 09 2023 г.

Руководитель ПЦК

С.В.

/ Васильева С.В.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель МО

Т.С. /Аюшеева Т.С.

09

2023 г.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Таблица 1

Курс, семестр	Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа обучающегося	Учебная нагрузка обучающихся (час.)					
			Всего часов	Обязательная аудиторная нагрузка в т.ч.				
1	2	3		теоретические занятия	лабораторные работы	практические занятия	курсовая работа (проект) (для СПО)	консультации
1 курс								
1 семестр	36	-	36	16	-	20	-	-
Всего	36		36	16	-	20	-	-

Содержание обучения по учебной дисциплине

№ занятия	Дата занятия	Наименование разделов, тем занятий	Обязательная учебная нагрузка		Материал ное и информаци онное обеспече ние занятий (№ позиций из таблицы 2а, 2б, 2в)	Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся			Формы и методы контроля
			Кол- во часов	Вид занятия		Вид задания	информаци онное обеспечение (№ позиций из таб. 2б, 2в)	Коли- чество час.	
1	2	3	4	5	7	8	9	10	11
Раздел 1. «Я среди других»									
1-2		Тренинг на знакомство «Назови свое имя»	2	Тренинг	ОИ 1-2				
3-4		Тренинг на развитие коммуникативных навыков «Учимся слушать, слышать, понимать»	2	Лекция с элементами тренинга	ОИ4, ДИ11				Оценка по результатам выполнения практических заданий
5-6		Тренинг на командообразование	2	Тренинг	ОИ 1-2				Оценка по результатам суждений
7-9		Диагностика уровня адаптированности, выявление учебных мотивов, уровня агрессивности	3	Практическое занятие – входная диагностика	ОИ4, ДИ11				
10- 12		Диагностика характерологических особенностей и изучение интеллектуальной лабильности	3	Практическое занятие – входная диагностика	ОИ 1-2				
13- 14		Тренинг в мире эмоций: «Эмоциональные состояния и высшие чувства»	2	Лекция с элементами тренинга	ОИ6, ИР13				Оценка по результатам суждений
Раздел 2. «Я - это Я»									
15- 16		Стресс и развитие стрессоустойчивости	2	Лекция	ОИ8, ДИ12				Оценка по результатам суждений

17-18		Аудиотренинг «Освобождение от обид»	2	Тренинг	ОИ2, ДИ12				Оценка по результатам выполнения практических заданий
19-20		Тренинг «Психологическая безопасность»	2	Тренинг	ОИ1-8				Оценка по результатам выполнения СРС
21-22		Личностный рост	2	Лекция с элементами тренинга	ОИ1, ИР5				Оценка по результатам суждений
23-24		Тренинг «Личностный рост»	2	Тренинг	ОИ1, ДИ12				Оценка по результатам выполнения практических заданий
25-26		Конфликты и способы решения	2	Лекция с элементами тренинга	ОИ1-8				Оценка по результатам суждений
27-28		Тренинг по конфликтологии	2	Тренинг	ОИ4-6				Оценка по результатам суждений

Раздел 3. «Я и моя профессия»

29-30		Профессиональная мотивация. Виды мотиваций	2	Лекция с элементами беседы	ОИ6, ИР13				Оценка по результатам суждений
31-32		«Психологическая подготовка к сессии»	2	Лекция с элементами беседы	ОИ1, ДИ5				Оценка по результатам выполнения СРС
33-34		Развитие познавательных процессов	2	Лекция с элементами тренинга	ОИ8, ДИ12				Оценка по результатам выполнения практических заданий и СРС
35-36		Зачёт	2	Практическое занятие					Оценка по результатам выполнения практических заданий
		ИТОГО	Всего -36 Л.-16 Пр.з.- 20						

Интернет-ресурсы:

- 13.<https://constellations.ru/allpapers.html>
- 14.<https://ptt.life/>
- 15.<https://valyaeva.ru/loyalnost-rodu/>
- 16.<http://www.vashpsixolog.ru/index.php>
- 17.<https://общее-дело.рф/>
- 18.<https://psytests.org/>
- 19.<http://testbrain.ru/>
- 20.<https://www.psychologos.ru/articles/view/lichnostnyy-rost>
- 21.<https://infourok.ru/>