

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 03.10.2022 15:48:21

Уникальный программный ключ:

a562210a8a161d1bc9014416071a670c134584e4c42706a714a6

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Кафедра педагогики и психологии**



Ректор

УТВЕРЖДАЮ

/ В.Н. Павлов

« 01 »

07

2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
АДАПТИВНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ**

**Специальность, код Стоматология 31.05.03**

**Форма обучения: очная**

**Срок освоения ООП: 5 лет**

**Курс 1**

Семестр II

Контактная работа – 24 часа

Зачет – II семестр

Лекции – 4 часа

Всего - 36 часов (1 з.е.)

Практические занятия – 20 часов

Самостоятельная работа – 12 часов

Уфа 2021

УТВЕРЖДАЮ

Председатель УМС

специальности Стоматология

М.Ф. Кабирова.



## ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ

### к рабочей программе, учебно-методическим материалам (УММ) и фонду оценочных материалов (ФОМ) учебной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» (Специальность 31.05.03 Стоматология)

В соответствии с основной образовательной программой высшего образования по специальности 31.05.03 Стоматология 2022 г. и учебным планом по специальности 31.05.03 Стоматология, утвержденным ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России 24.05.2022г., протокол № 5, проведен анализ рабочей программы, УММ и ФОМ учебной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг».

Содержание и структура рабочей программы оценена и пересмотрена в соответствии с ФГОС ВО 3++.

Рабочая программа учебной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» соответствует ООП 2022г. и учебному плану 2022 г. по специальности 31.05.03 Стоматология. В рабочей программе дисциплины количество и распределение часов по семестрам, название тем лекций, практических занятий, виды СРО остаются без изменений. УММ составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» без изменений. ФОСы: актуализированы тестовые задания, вопросы к экзамену/зачету, разработаны ситуационные задания с учетом развития науки, образования, техники и технологий.

В рабочей программе пересмотрены компетенции и методы оценивания.

Рабочая программа дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» 2022г. актуализирована и адаптирована с учетом вклада биомедицинских наук, которые отражают современный научный и технологический уровень развития клинической практики, а также текущие и ожидаемые потребности общества и системы здравоохранения.

Программа обновлена по результатам внутренней оценки и анализа литературы.

Обсуждено и утверждено на заседании кафедры педагогики и психологии,

Протокол № 12 «25» мая 2022г.

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ А.Ф. Амиров.

Обсуждено и утверждено на заседании ЦМК по социально-гуманитарным дисциплинам,

Протокол № 8 от «26» мая 2022 г.


Обсуждено и утверждено на заседании УМС специальности Стоматология,

Протокол № 9 от «23» июня 2022 г.

При разработке рабочей программы учебной дисциплины в основу положены:

- 1) Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по специальности 31.05.03 Стоматология, утвержденный приказом Минобрнауки России от 12 августа 2020 года № 984
- 3) Профессиональный стандарт «Врач-стоматолог», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 10 мая 2016г. №227н;
- 4) Учебный план по специальности 31.05.03 - Стоматология, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО «Башкирский государственный медицинский университет» МЗ РФ от «25» мая 2021г. протокол №6.

Рабочая программа учебной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии от «26» мая 2021 г., протокол № 9.

Заведующий кафедрой педагогики и психологии  А.Ф. Амиров.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена УМС по специальности 31.05.03 Стоматология «30» 06 2021г. протокол № 14.

Председатель  
УМС



М.Ф. Кабирова

Рецензенты:

Доцент кафедры профессионального социального образования института педагогики БГПУ им. М. Акмуллы, к.п.н. Бахтиярова В.Ф.

Заведующий кафедрой теории и практики управления образованием ИРО РБ, д.п.н., профессор Гуров В.Н.


Разработчики:

Заведующий кафедрой



А.Ф. Амиров

Доцент кафедры



О.В. Кудашкина



## Содержание

1. Пояснительная записка .....	4
2. Вводная часть.....	5
3. Основная часть.....	9
3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	9
3.2. Разделы учебной дисциплины и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении.....	10
3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля.....	11
3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины.....	11
3.5. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины.....	12
3.6. Лабораторный практикум .....	12
3.7. Самостоятельная работа обучающихся.....	12
3.8. Оценочные средства для контроля успеваемости и результатов освоения учебной дисциплины.....	13
3.9. Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины.....	15
3.10. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины.....	15
3.11. Образовательные технологии.....	16
3.12. Разделы учебной дисциплины и междисциплинарные связи с последующими дисциплинами.....	16
4. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины.....	16
5. Протоколы согласования рабочей программы дисциплины с другими дисциплинами специальности.....	17
6. Протоколы утверждения.....	19
7. Рецензии.....	22

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» является основным документом, определяющим содержание и объем знаний, умений и навыков, необходимых для подготовки обучающихся по специальности 31.05.03 «Стоматология». Образовательный процесс направлен на формирование у обучающихся теоретических знаний психологии общения, получение общего системного представления об изучаемой дисциплине, а также на создание у обучающихся психолого-педагогического, этического, деонтологического мировоззрения как фундамента для изучения дисциплин профессионального цикла и для последующей профессиональной деятельности.

Программа адаптационного тренинга направлена на создание условий для адаптации обучающихся к условиям обучения в вузе, способствующих их личностному росту и профилактики социальной дезадаптации. Программа дисциплины направлена на:

1). Усвоение студентами основных положений теории и практики активного социально-психологического обучения (игры, дискуссии, тренинги).

2). Использование студентами полученных научно - обоснованных знаний и практических умений в процессе обучения в вузе и в разрешении собственных жизненных ситуаций.

3). Анализ теоретических основ адаптации личности в исследованиях отечественной и зарубежной науки и особенностей адаптации обучающихся в контексте проблемы соотношения адаптации и успешности обучения,

4). Работа над свойствами личности, способствующих адаптации обучающихся к условиям обучения в вузе и способствующие их личностному росту: интеллектуальная активность, рефлексия, гибкость мышления, самооценка, сензитивность, эмпатия, стрессоустойчивость, самостоятельность, саморегуляция, мотивация достижения.

Особенностями методики преподаваемого курса является использование психологических тренингов.

Рабочая программа учебной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» разработана на кафедре педагогики и психологии на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки (специальности) 31.05.03 - «Стоматология» (уровень специалитета), а также с учетом рекомендованной основной образовательной программы.

Рабочая программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и формы контроля по дисциплине.

Трудоёмкость учебной дисциплины составляет 36 часов (1 зачетная единица).

Процесс обучения направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций:

-УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели.

УК-3.3. Разрешает конфликты и противоречия в деловом общении на основе учета интересов всех сторон.

УК-3.4. Организует дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов по разработанным идеям.

-УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия.

УК-4.1. Устанавливает и развивает профессиональные контакты в соответствии с потребностями совместной деятельности, включая обмен информацией и выработку единой стратегии взаимодействия.

УК-4.3. Представляет результаты академической и профессиональной деятельности на различных публичных мероприятиях, включая международные, выбирая наиболее подходящий формат.



-УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия.

УК-5.3. Выстраивает социальное профессиональное взаимодействие с учетом особенностей основных форм научного и религиозного сознания, деловой и общей культуры представителей других этносов и конфессий, различных социальных групп.

УК-5.4. Обеспечивает создание недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач.

-УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни.

УК-6.1. Оценивает ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для успешного выполнения порученного задания.

УК-6.2. Определяет приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки по выбранным критериям.

## **2. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **2.1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Цель освоения факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» – создание у студента базовых знаний в соответствии с УК-3, УК-4, УК-5, УК-6, связанных с их способностью организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели; применять современные коммуникативные технологии для академического и профессионального взаимодействия; анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия; определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни; демонстрировать позитивное отношение к людям с ограниченными возможностями здоровья и готовность к конструктивному сотрудничеству с ними в социальной и профессиональной сферах.

При этом задачами факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» являются:

- выявить свойства личности, содействующие социально-психологической адаптации обучающихся к условиям обучения в вузе;
- создать психолого-педагогические условия повышения эффективности процесса адаптации обучающихся к обучению в вузе;
- формирование у обучающихся навыков делового и межличностного общения посредством обучения их приемам эффективного партнерского взаимодействия;
- формирование у обучающихся блока знаний о внутреннем мире и поведении человека;
- формирование у обучающихся навыков общения в коллективе;
- формирование представлений о моделях общения;
- введение обучающихся в поле коммуникационной деятельности для успешной социализации, профессионализации в специальности и мотивированности к личностному и профессиональному росту;
- обучение студентов приемам и методам совершенствования собственной личностной и познавательной сферы.

### **2.2. Место учебной дисциплины в структуре ООП специальности**

2.2.1. Учебная дисциплина «Адаптивный психологический тренинг» относится к факультативным дисциплинам ФТД.03 специальности 31.05.03 - «Стоматология».

2.2.2. Учебная дисциплина «Адаптивный психологический тренинг» изучается во втором семестре первого курса. Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, формируемые при изучении дисциплины «Адаптивный психологический тренинг».

### 2.3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

2.3.1. Виды профессиональной деятельности, лежащие в основе преподавания данной дисциплины:

психолого-педагогическая деятельность:

- формирование у взрослого населения и подростков позитивного поведения, направленного на сохранение и повышение уровня здоровья;
- формирование у взрослого населения, подростков и членов их семей мотивации к внедрению элементов здорового образа жизни, в том числе к устранению вредных привычек, неблагоприятно влияющих на состояние здоровья подрастающего поколения;
- обучение младшего и среднего медицинского персонала элементам бесконфликтного взаимодействия;
- организационно-управленческая деятельность:
- организация труда медицинского персонала в медицинских организациях, определение функциональных обязанностей и оптимального алгоритма их осуществления;
- качество оказания лечебно-диагностической и реабилитационно-профилактической помощи взрослому населению и подросткам;
- ведение деловой переписки (служебные записки, докладные, письма);

научно-исследовательская деятельность:

- анализ научной литературы и официальных статистических обзоров;
- подготовка рефератов по современным научным проблемам;
- участие в решении отдельных научно-исследовательских и научно-прикладных задач в области здравоохранения по диагностике, лечению, реабилитации и профилактике;
- подготовка доклада по выполненному исследованию.

2.3.2. Изучение учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих универсальных компетенций (УК):

п/ №	Номер/ индекс компетенции с содержанием компетенции (или ее части)/трудовой функции	Номер индикатора компетенции с содержанием (или ее части)	Индекс трудовой функции и ее содержание	Перечень практических навыков по овладению компетенцией	Оценочные средства
1	2	3	4	5	6
1.	УК-3. Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	УК-3.3. Разрешает конфликты и противоречия в деловом общении на основе учета интересов всех сторон УК-3.4. Организует	-	Адаптироваться в коллективе, планировать и организовывать свою деятельность в коллективе, проявлять инициативу, строить позитивные межличностные отношения; поддерживать	Собеседование по ситуационным задачам, опрос, тестирование (письменное или компьютерное), индивидуальные задания



		дискуссии по заданной теме и обсуждение результатов работы команды с привлечением оппонентов по разработанным идеям		атмосферу сотрудничества и способствовать разрешению конфликтов; отстаивать позиции в принятии коллегиальных решений; навыками организации командной стратегии, руководством работы команды для достижения поставленной цели; навыками профессионального общения с коллективом.	(проект) и практико-ориентированные задания (задача), кейс-задания.
2.	УК-4. Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия	УК-4.1. Устанавливает и развивает профессиональные контакты в соответствии с потребностями совместной деятельности, включая обмен информацией и выработку единой стратегии взаимодействия  УК-4.3. Представляет результаты академической и профессиональной деятельности на различных публичных мероприятиях, включая международные, выбирая наиболее подходящий формат	-	Навыками установления профессиональных контактов в соответствии с потребностями совместной деятельности, включая обмен информацией и выработку единой стратегии взаимодействия; адаптировать свою речевую практику к конкретным условиям коммуникации в своей деятельности; навыками представления результатов академической и профессиональной деятельности на различных публичных мероприятиях, включая международные, с выбором наиболее подходящего формата.	Собеседование по ситуационным задачам, опрос, тестирование (письменное или компьютерное), индивидуальные задания (проект) и практико-ориентированные задания (задача), кейс-задания
3.	УК-5. Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе межкультурного взаимодействия	УК-5.3. Выстраивает социальное профессиональное взаимодействие с учетом особенностей основных форм	-	Осуществлять эффективные коммуникации в профессиональном сообществе; использовать знания культуры и обычаев других стран и народов при решении	Собеседование по ситуационным задачам, опрос, тестирование (письменное или компьютерное),



		<p>научного и религиозного сознания, деловой и общей культуры представителей других этносов и конфессий, различных социальных групп</p> <p>УК-5.4. Обеспечивает создание недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач</p>		<p>различных задач речевой коммуникации; следовать моральным и правовым нормам во взаимоотношениях с людьми вне зависимости от их национальной, культурной или религиозной принадлежности; адекватно воспринимать и анализировать культурные традиции и обычаи стран и народов; поддерживать партнерские отношения и организовывать сотрудничество с представителями разных культур; опираться на актуальные культурные нормы и традиции в своей деятельности, личностном и общекультурном развитии; навыками профессионального взаимодействия с учетом особенностей основных форм научного и религиозного сознания, деловой и общей культуры представителей других этносов и конфессий, различных социальных групп; навыками создании недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач;</p>	<p>индивидуальные задания (проект) и практико-ориентированные задания (задача), кейс-задания</p>
4.	<p>УК-6. Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе</p>	<p>УК-6.1. Оценивает ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), оптимально их использует для</p>	-	<p>Навыками отбора и использования необходимой для саморазвития и взаимодействия с другими информации о культурных особенностях различных сообществ;</p>	<p>Собеседование по ситуационным задачам, опрос, тестирование (письменное или компьютерное)</p>

самооценки и образования в течение всей жизни	успешного выполнения порученного задания	способностью определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки; готовностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала; навыками профессиональных контактов в соответствии с потребностями совместной деятельности навыками создания недискриминационной среды взаимодействия при выполнении профессиональных задач; способами управления развитием способностей и компетенций, необходимых в профессиональной деятельности в здравоохранении.	индивидуальные задания (проект) и практико-ориентированные задания (задача), кейс-задания
	УК-6.2. Определяет приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки по выбранным критериям		

### 3. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

#### 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов/ зачетных единиц	Семестр
1	2	3
<b>Контактная работа (всего), в том числе:</b>	36/1	II
Лекции (Л)	4/0,12	II
Практические занятия (ПЗ),	20/0,55	II
<b>Самостоятельная работа обучающегося (СРО), в том числе:</b>	12/0,33	II
Реферат (Реф) или Эссе с мультимедийной презентацией	3/0,25	II
Подготовка к занятиям (ПЗ)	3/0,25	II
Подготовка к текущему контролю (ПТК))	3/0,25	II
Подготовка к промежуточному контролю (ППК))	3/0,25	II
Вид промежуточной аттестации	зачет (3)	
<b>ИТОГО: Общая трудоемкость</b>	час. 36	36



	3Е	1	1
--	----	---	---

**3.2. Разделы учебной дисциплины и компетенции, которые должны быть освоены при их изучении**

п/№	№ компетенции	Наименование раздела учебной дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах (темы разделов)
1	2	3	4
1	УК-3 (3.3.-3.4.) УК-4 (4.1.,4.3.) УК-5 (5.3.,5.4.) УК-6 (6.1.,6.2.)	Когнитивные и социальные особенности адаптации.	Направления исследований в области адаптации. Определения адаптации. Эволюционно-когнитивные схемы адаптации. Адаптация и интеллект. Механизмы адаптации индивида (психическая устойчивость, биоритмы, адаптационный синдром). Элементы тренинга личностного роста.
2	УК-3 (3.3.-3.4.) УК-4 (4.1.,4.3.) УК-5 (5.3.,5.4.) УК-6 (6.1.,6.2.)	Роль личности в адаптационном процессе.	Проблема социальной адаптации личности. Структура личности (в контексте феномена адаптации). Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач. Самоценность. Учет личностных различий в общении. Элементы тренинга по формированию и развитию Я-образа.
3	УК-3 (3.3.-3.4.) УК-4 (4.1.,4.3.) УК-5 (5.3.,5.4.) УК-6 (6.1.,6.2.)	Адаптация к обучению в вузе.	Специфика учебной деятельности студентов вуза. Психологическая структура адаптации к обучению в вузе. Мотивация учебной деятельности. Типология личности студента. Понятие психического состояния. Адаптация и стрессоустойчивость. Стресс и стрессовые состояния. Стресс-толерантность. Личностно-индивидуальные детерминанты стрессоустойчивости. Регуляция эмоционального напряжения. Элементы тренинга эмоциональной компетентности.
4	УК-3 (3.3.-3.4.) УК-4 (4.1.,4.3.) УК-5 (5.3.,5.4.) УК-6 (6.1.,6.2.)	Развитие познавательных психических процессов: внимание, память; развитие навыков саморегуляции.	Виды и свойства внимания. Процессы и виды памяти. Психическая саморегуляция личности. Тренинг личностного роста: тренировка внимания, памяти, навыков саморегуляции.

5	УК-3 (3.3.-3.4.) УК-4 (4.1.,4.3.) УК-5 (5.3.,5.4.) УК-6 (6.1.,6.2.)	Коммуникативная компетентность. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия.	Восприятие и понимание в процессе общения. Трудности и барьеры коммуникации. Вербальная и невербальная коммуникация. Техники вербализации. Эффективное поведение в ситуации организационной и межличностной коммуникации. Речевой этикет в деловом общении. Взаимоотношения в учебной группе. Коммуникативный тренинг.
---	--	--	--

### 3.3. Разделы учебной дисциплины, виды учебной деятельности и формы контроля

п/№	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу студентов (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости
			Л	ПЗ	СРО	всего	
1	2	3	4	6	7	8	9
1	II	Когнитивные и социальные особенности адаптации.	1	4	2	7	Входной контроль (письменное тестирование)
2		Роль личности в адаптационном процессе.	1	4	4	9	Текущий контроль (письменное тестирование)
3		Адаптация к обучению в вузе.	1	4	2	7	Текущий контроль (письменное тестирование)
4		Развитие познавательных психических процессов: внимание, память; развитие навыков саморегуляции.	-	4	2	6	Входной контроль (письменное тестирование)
5		Коммуникативная компетентность. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия.	1	4	2	7	Текущий контроль (письменное тестирование)
		<b>ИТОГО:</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>36</b>	

### 3.4. Название тем лекций и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины

п/№	Название тем лекций учебной дисциплины	Семестр (кол-во часов)
1	2	3
1.	Когнитивные и социальные особенности адаптации.	II (1 час)
2.	Роль личности в адаптационном процессе.	II (1 час)
3.	Адаптация к обучению в вузе.	II (1 час)
4.	Коммуникативная компетентность.	II (1 час)



Итого	4
-------	---

### 3.5. Название тем практических занятий и количество часов по семестрам изучения учебной дисциплины

п/№	Название тем практических занятий базовой части дисциплины по ФГОС и формы контроля	Семестр (кол-во часов)
1	2	3
1.	Феномен адаптации в психологии личности. Элементы тренинга личностного роста (текущий контроль)	II (4 часа)
2.	Роль личности в адаптационном процессе. Элементы тренинга по формированию и развитию Я-образа (текущий контроль)	II (4 часа)
3.	Психологическая адаптация к обучению в вузе. Элементы тренинга эмоциональной компетентности (письменный контроль)	II (4 часа)
4.	Развитие познавательных психических процессов: внимание, память и навыков саморегуляции. Тренинг личностного роста: тренировка внимания, памяти, навыков саморегуляции (текущий контроль)	II (4 часа)
5.	Общение как социально-психологический механизм взаимодействия. Коммуникативный тренинг (разбор ситуационных задач)	II (4 часа)
	Итого	20

3.6. Лабораторный практикум – не предусмотрено.

### 3.7. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### 3.7.1. Виды СРО

№ п/п	№ семестра	Наименование раздела учебной дисциплины (модуля)	Виды СРО	Всего часов
1	2	3	4	5
1	II	Когнитивные и социальные особенности адаптации.	подготовка к занятиям подготовка к текущему контролю	2
2		Роль личности в адаптационном процессе.	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию, подготовка к текущему контролю, создание мультимедийных презентаций, выполнение исследовательских и творческих заданий	4
3		Адаптация к обучению в вузе.	подготовка к занятиям, подготовка к тестированию, подготовка к текущему контролю	2
4		Развитие познавательных психических процессов: внимание, память; развитие навыков саморегуляции.	подготовка к занятиям, создание мультимедийных презентаций, выполнение исследовательских и творческих заданий	2
5		Коммуникативная компетентность. Общение как социально-психологический механизм	создание мультимедийных презентаций, подготовка к занятиям, выполнение	2

		взаимодействия.	исследовательских и творческих заданий	
		Итого часов		12

### 3.7.2. Примерная тематика рефератов и других видов и форм самостоятельной работы обучающихся

1. История проблемы адаптации в психологии
2. Феномен адаптации в психологии личности.
3. Мотивация и адаптация к учебной деятельности.
4. Адаптация к учебной деятельности студентов вуза.
5. Мотивация и профессиональная направленность личности.
6. Когнитивно-поведенческий подход к адаптации.
7. Психодинамический подход к адаптации.
8. Индивидуальный уровень адаптивности. Адаптация и биоритмы.
9. Адаптация и стрессоустойчивость.
10. Особенности развития личности студента.
11. Типологии личности студента.
12. Роль личности в адаптационном процессе.
13. Структура личности (в контексте феномена адаптации).
14. Специфика учебной деятельности студентов вуза.
15. Психолого-педагогическое изучение личности студента.
16. Стресс как системная мотивация человека
17. Механизмы адаптации индивида (психическая устойчивость, биоритмы, адаптационный синдром).
18. Проблемы определения мотивации. Мотивация успеха и избегания неудач.
19. Устойчивость к психическому стрессу.
20. Индивидуальные факторы стрессоустойчивости.
21. Фрустрированность и агрессивность личности.
22. Стресс-толерантность. Устойчивость к экстремальным факторам.
23. Установки и диспозиции личности в контексте стрессоустойчивости.
24. Самооценка и стрессоустойчивость личности. Стили совладающего поведения.
25. Саморегуляция психических состояний. Психотехники регуляции психических состояний.
26. Аутогенная тренировка. Правила занятий. Дыхательные упражнения.
27. Личностный адаптационный потенциал. Интеллектуальный потенциал. Установки личности и их коррекция.
28. Креативность. Методики развития креативности личности.

### 3.8. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.8.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	№ семестра	Виды контроля	Наименование учебного раздела (модуля) дисциплины	Оценочные средства		
				Форма	Кол-во вопросов в задании	К-во независимых вариантов
1	2	3	4	5	6	7
1	II	Входной контроль	Когнитивные и социальные особенности адаптации.	Письменное тестирование	6	4-6



	(ВК),				
2	текущий контроль (ТК)	Роль личности в адаптационном процессе.	Письменное тестирование	10	2-6
3	текущий контроль (ТК)	Адаптация к обучению в вузе.	Решение ситуационных задач	6	2-3
4	Входной контроль (ВК),	Развитие познавательных психических процессов: внимание, память; развитие навыков саморегуляции.	Письменное тестирование	6	2-6
5	Текущий контроль (ТК)	Коммуникативная компетентность. Общение как социально-психологический механизм взаимодействия.	Решение ситуационных задач	6	2-3

### 3.8.2. Примеры оценочных средств:

для входного контроля (ВК)	<p>1. Какое понятие отражает следующее определение: «Процесс и результат изменений, внешнего активного приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования»?</p> <p>а) преадаптация б) адаптация в) социализация</p> <p>2. Какое понятие отражает следующее определение: «Своеобразная совокупность средовых и внутренних условий, которая позволяет определенной группе особей быть более приспособленной для использования эволюционных возможностей»?</p> <p>а) преадаптация б) адаптация в) социализация</p> <p>3. Кто является автором концепции общего адаптационного синдрома?</p> <p>А) Г.Селье б) А.А. Реан в) Б.Г. Ананьев</p>
для текущего контроля (ТК)	<p>1. В рамках какого направления адаптация изучается вне контекста конкретной предметной и профессиональной деятельности?</p> <p>А) психофизиологическое направление б) комплексное изучение состояний в) медико-психологическое направление</p> <p>2. В рамках какого направления адаптация рассматривается как взаимодействие «субсистемных» и «метасистемных» противоречий, существующих как вне, так внутри человека?</p> <p>А) психофизиологическое направление б) комплексное изучение состояний в) медико-психологическое направление</p> <p>3. Какой аспект не включается в концептуальную схему адаптации ?</p> <p>а) новообразования б) кризис в) процесс г) результат</p>
для промежуточного контроля (ПК)	<p>1. Что не является стадией в общем адаптационном синдроме?</p> <p>А) стадия тревоги (мобилизации) б) стадия сопротивляемости в) стадия истощения г) стадия реагирования</p> <p>2. Какое понятие отражает следующее определение: «Совокупность</p>

	<p>интеллектуальных действий индивида, направленных на включение факторов окружающей среды в уже сложившиеся у него когнитивные структуры»?</p> <p>а) ассимиляция б) аккомодация в) суггестия г) кристаллизация</p> <p>3. Какое понятие отражает следующее определение: «Процесс воздействия среды на субъект, когда он направляет собственную активность на изменение уже сформировавшихся когнитивных структур, изменяет действия и представления в соответствии с новыми обстоятельствами»?</p> <p>а) ассимиляция б) аккомодация в) суггестия г) кристаллизация</p>
--	--

### 3.9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### Основная литература

п/№	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Коммуникативная деятельность [Текст] : учебно-методическое пособие / ГБОУ ВПО «Башкирский гос. мед. ун-т» МЗ РФ (Уфа)	Амиров А.Ф., Кудашкин а О.В.	Уфа : ГБОУ ВПО БГМУ Минздрава России, 2014. - 143 с.	210	1
2	Коммуникативная деятельность [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / ГБОУ ВПО «Башкирский гос. мед. ун-т» МЗ РФ (Уфа) - on-line. - Режим доступа: <a href="http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib604.pdf">http://library.bashgmu.ru/elibdoc/elib604.pdf</a> .	Амиров А.Ф., Кудашкин а О.В.	ГБОУ ВПО «Башкирский гос. мед. ун-т» МЗ РФ (Уфа)	Неограниченный доступ	-

#### Дополнительная литература

п/№	Наименование	Автор (ы)	Год, место издания	Кол-во экземпляров	
				в библиотеке	на кафедре
1	2	3	4	5	6
1	Научная организация учебного процесса [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / В. А. Белогурова. - 3-е изд., перераб. и доп. - on-line. - Режим доступа: <a href="http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970414965.html">http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970414965.html</a> .	Белогурова В.А.	М. : ГЭОТАР-Медиа, 2010.	1200 доступов	

### 3.10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Использование мультимедийного комплекса (компьютер, ноутбук, проектор, экран). Наборы мультимедийных наглядных материалов по различным разделам дисциплины. Видеоматериалы. Ситуационные задачи, тестовые задания по изучаемым темам.



### 3.11. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В образовательном процессе используются дистанционные образовательные технологии и электронные формы обучения. Примеры интерактивных форм и методов проведения занятий: деловые игры (техники активного слушания, техники межличностного восприятия и др.), упражнения для развития вербальных и невербальных коммуникативных способностей, упражнения для развития сензитивности и эмпатии, дискуссии, решение психолого-педагогических задач с помощью метода мозгового штурма, моделирование и разбор конкретных ситуаций, тренинги (тренинг невербального общения, тренинг эмоциональной компетентности, тренинг навыков общения, тренинг оптимизации взаимоотношений и др.).

### 3.12. РАЗДЕЛЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ СВЯЗИ С ПОСЛЕДУЮЩИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ

Факультативная дисциплина «Адаптивный психологический тренинг» является предшествующей для изучения дисциплин, таких как «Психология и педагогика», «Биоэтика».

п/№	Наименование последующих дисциплин	Разделы данной дисциплины, необходимые для изучения последующих дисциплин				
		1	2	3	4	5
1	Психология и педагогика		+		+	+
2	Биоэтика		+			+

### 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Факультативная дисциплина «Адаптивный психологический тренинг» изучается во II семестре, на её освоение отводится всего 36 часов, 1 зачетная единица. Обучение складывается из контактной работы (24 часа), включающей лекционный курс (4 час.), практические занятия (20 час.) и самостоятельной работы обучающихся (12 часов). В образовательном процессе используются такие интерактивные формы занятий как деловые игры, тренинги, дискуссии, решение психолого-педагогических задач с помощью метода мозгового штурма, моделирование и разбор конкретных ситуаций, практическая работа по изучению и применению в практике тестовых диагностических методик.

Программа дисциплины «Адаптационный тренинг» построена таким образом, что студенты обучаются как теоретическим основам социально-психологической адаптации, так и формируют навыки поведения, способствующие эффективной адаптации. Лекционные занятия снабжают обучающихся базовым набором знаний, необходимых для эффективного выстраивания общественной и индивидуальной жизни. При выполнении студентами практических заданий необходима постоянная практикоориентированность их деятельности. Практические занятия позволяют студенту под руководством преподавателя расширить и детализировать полученные знания, выработать и закрепить навыки их использования в деятельности. Подготовка к практическим занятиям не ограничивается прослушиванием лекций, а предполагает предварительную самостоятельную работу обучающихся, выстраиваемую в соответствии с методическими рекомендациями преподавателя.

При преподавании дисциплины используются стандартизированные психологические тесты, педагогические технологии и тренинг – техники, что позволяет

студентам в образовательной деятельности получить навыки практического их применения под руководством преподавателя.

Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы по дисциплине и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРО).


Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам университета и кафедры.

По каждому разделу учебной дисциплины разработаны методические рекомендации для обучающихся и методические указания для преподавателей.

Исходный уровень знаний обучающихся определяется тестированием, текущий контроль усвоения предмета определяется устным опросом в ходе занятий, при решении типовых ситуационных задач и ответах на тестовые задания.

В конце изучения учебной дисциплины проводится итоговый контроль знаний с использованием тестового контроля и решением ситуационных задач.

## 5. ПРОТОКОЛЫ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «АДАПТИВНЫЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ» С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ

Наименование предшествующей кафедры	Наименование предшествующей учебной дисциплины	Знания, полученные при изучении предшествующей дисциплины	Умения, приобретённые при изучении предшествующей дисциплины	Навыки, приобретённые при изучении предшествующей дисциплины	Компетенции, приобретённые при изучении предшествующей дисциплины	Подпись заведующей предшествующей кафедрой
1	2	3	4	5	6	7
Кафедра педагогики и психологии	Коммуникативное мастерство	основные нормы социального поведения и речевой этикет, принятые в ситуациях делового общения; потенциал личностной самоорганизации и личностную форму профессионального становления, с которыми связано формирование таких характеристик личности, как автономность, самостоятельность, настойчивость, инициативность, ответственность. Основные категории, описывающие взаимодействие с коллегами,	Пользоваться методологией научного познания в целом и ее теоретическими подходами и конкретными методами исследования; культурой мышления; приемами запоминания, усвоения, обобщения учебного материала; процессами самопознания, самовыражения, самообразования, самореализации и самосовершенствования. Строить позитивные межличностные отношения; поддерживать атмосферу	Интегрировать знания курса в общую культуру и профессиональную деятельность; отбирать и применять методологию в научной деятельности; осуществлять поиск информации по полученному заданию, сбор, анализ данных, необходимых для решения поставленных задач; обосновать формирование системно-ориентированную информационную базу. Конструктивно взаимодействовать с окружающими;	Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели (УК-3). Способен применять современные коммуникативные технологии, в том числе на иностранном(ых) языке(ах), для академического и профессионального взаимодействия (УК-4). Способен анализировать и учитывать разнообразие культур в процессе	



		<p>работу в коллективе; основы теории конфликтов и путей их разрешения; основы делового этикета; роль и значение культурного разнообразия народов и стран; моральные и правовые нормы человеческих отношений.</p>	<p>сотрудничества и способствовать разрешению конфликтов; отстаивать свою позицию в социально приемлемых формах в принятии коллегиальных решений; планировать и организовывать свою деятельность в коллективе; следовать моральным и правовым нормам во взаимоотношениях с людьми вне зависимости от их национальной, культурной или религиозной принадлежности.</p>	<p>применять кооперацию в совместной деятельности ; проявлять инициативу, отстаивать свои позиции в социально приемлемых формах; владеть способами решения типовых конфликтных ситуаций в коллективе; навыки обеспечения благоприятного психологического климата в коллективе; готовность нести ответственность за поддержание партнерских, доверительных отношений в коллективе.</p>	<p>межкультурного взаимодействия (УК-5).</p>	
--	--	---	--	---	--	--

## 6. ПРОТОКОЛЫ УТВЕРЖДЕНИЯ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

### Выписка

из протокола № 9 от «26» 05 2021 г.  
заседания кафедры педагогики и психологии  
рабочая программа факультативной дисциплины  
«Адаптивный психологический тренинг»,  
А.Ф. Амиров, О.В. Кудашкина

На основании представленных материалов кафедра педагогики и психологии подтверждает, что:

1. Рабочая программа подготовлена удовлетворительно с методической и научной точек зрения.

2. Рабочая программа соответствует ФГОС ВО 3++ по специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения.

3. Объем часов факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» 36 часов соответствует учебному плану специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения.

4. На рабочую программу имеются 2 положительные рецензии.

5. Кафедра рекомендует рабочую программу факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» для специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения к утверждению.

Заведующий кафедрой, д.п.н., профессор

 А.Ф. Амиров

Секретарь кафедры

 Г.Х. Маркова



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Выписка**

из протокола № 8 от «26» 05 2021 г.  
заседания цикловой методической комиссии по социально-гуманитарным  
дисциплинам  
рабочая программа факультативной дисциплины  
«Адаптивный психологический тренинг»,  
А.Ф. Амиров, О.В. Кудашкина


На основании представленных материалов цикловая методическая комиссия подтверждает, что:

1. Рабочая программа подготовлена удовлетворительно с методической и научной точек зрения.
2. Рабочая программа соответствует ФГОС ВО 3++ по специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения.
3. Объем часов факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» 36 часов соответствует учебному плану специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения.
4. На рабочую программу имеются 2 положительные рецензии.
5. Цикловая методическая комиссия рекомендует рабочую программу факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» для специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения к утверждению.

Председатель ЦМК

 А.Ф. Амиров

Секретарь ЦМК

 Э.Э. Егорова

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Выписка**

из протокола № 14 от «30» 06 2021 г.  
заседания учебно-методического совета специальности «Стоматология»  
рабочая программа факультативной дисциплины  
«Адаптивный психологический тренинг»,  
А.Ф. Амиров, О.В. Кудашкина

На основании представленных материалов учебно-методический совет подтверждает, что:

1. Рабочая программа подготовлена удовлетворительно с методической и научной точек зрения.

2. Рабочая программа соответствует ФГОС ВО 3++ по специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения.

3. Объем часов факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» 36 часов соответствует учебному плану специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения.

4. На рабочую программу имеются 2 положительные рецензии.

5. УМС рекомендует рабочую программу факультативной дисциплины «Адаптивный психологический тренинг» для специальности 31.05.03 - Стоматология (Квалификация Врач-стоматолог) очной формы обучения к утверждению.

Председатель УМС

 М.Ф. Кабирова

Секретарь УМС

 Г.Р. Афлаханова