

## АННОТАЦИЯ

адаптированной рабочей программы по дисциплине

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕНИНГИ

Адаптированная образовательная программа

по направлению подготовки высшего образования

#### **49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)**

Квалификация – бакалавр

Форма обучения – очная, заочная

### **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ**

#### **1.1. ЦЕЛИ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины Б.1.ДВ.08 "Психологические тренинги" составлена в соответствии с учебным планом подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования и утвержденными стандартами и положениями Университета.

Рабочая программа адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (по зрению, слуху, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата) с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц, а также адаптирована в соответствии с индивидуальной программой реабилитации или абилитации инвалида.

Целью освоения дисциплины является освоением студентами системы научно-практических знаний, умений и компетенции в области организации и проведения психологического тренинга и реализация их в своей профессиональной деятельности.

#### **1.2. ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

Результатом освоения дисциплины определяются способностью применять знания, умения и личные качества в соответствии с задачами профессиональной деятельности.

**Бакалавр** по направлению подготовки **49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»** должен решать следующие профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности и образовательной программой:

*в области педагогической деятельности:*

- способствовать формированию у лиц с отклонениями в состоянии здоровья способов познания и преобразования собственных физических качеств и окружающего мира (способов самообразования в сфере адаптивной физическое культуры), обеспечивающих им условия для самоопределения, физического (телесного) самосовершенствования и, как следствие, самоактуализации;

*в области воспитательной деятельности:*

- добиваться того, чтобы ценности адаптивной физической культуры, здорового образа жизни становились достоянием общества и лиц с отклонениями в состоянии здоровья, формировать у них способности вести самостоятельную жизнь на основе сформированных потребностей и ценностных ориентаций;

*в области развивающей деятельности:*

- содействовать развитию психических и физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развития тех или иных психических и физиологических функций, а также структуры, характера, этиологии и патогенеза заболевания;

- содействовать реализации задач развивающего обучения, обеспечивающего полноценное усвоение знаний, формирование учебной деятельности, непосредственно влияющих на умственное и физическое развитие человека;

*в области реабилитационной (восстановительной) деятельности:*

- обеспечивать возможности более полного устранения ограничений жизнедеятельности человека, вызванных нарушением здоровья;

- проводить комплекс восстановительных мероприятий у лиц с отклонениями в состоянии здоровья после выполнения ими физических нагрузок;

*в области компенсаторной деятельности:*

- способствовать развитию оставшихся после болезни или травмы функций организма человека с целью частичной или полной замены утраченных функций;

- обеспечивать освоение новых способов реализации основных видов жизнедеятельности человека, исходя из его оставшихся функций;

*в области профилактической деятельности:*

- осуществлять психотерапевтические меры по недопущению и (или) устранению психологических комплексов, обусловленных тем или иным заболеванием человека или видом инвалидности.

Решение вышеуказанных профессиональных задач осуществляется посредством решения комплекса следующих частных задач обучения – задач дисциплины «Психологические тренинги»:

- создание условий для полноценного обучения, воспитания обучающихся, взаимодействия и общения ребенка со сверстниками и взрослыми, социализация обучающихся;

- участие в создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды в учреждении;

- повышение уровня психологической компетентности участников образовательного процесса;

- участие в междисциплинарных психолого-педагогических и социально-реабилитационных мероприятиях во взаимодействии со смежными специалистами.

### **1.3. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ АОП:**

Дисциплина Б.1.ДВ.08 «Психологические тренинги» относится к Блоку 1, *вариативной* части. Дисциплины и курсы по выбору студента, устанавливаемые ВУЗом. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 2 курсе по очной форме обучения, на 5 курсе по заочной форме обучения. Вид промежуточной аттестации: *экзамен*. Для успешного освоения дисциплины необходимы входные знания, умения и компетенции студента, полученные по следующим дисциплинам:

*при очной форме обучения:* «Психология», «Педагогика»;

*при заочной форме обучения:* «Психология», «Специальная психология», «Специальная педагогика», «Педагогика», «Психология развития», «Конфликтология».

### **1.4. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**1.4.1.** В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

***а) общекультурные (ОК):***

- (ОК-6) - способностью работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия;

- (ОК-7) – способностью к самоорганизации и самообразованию;

***б) общепрофессиональные (ОПК):***

- (ОПК-9) – умением формировать у лиц с отклонениями в состоянии здоровья социально значимые потребности, ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле;

***в) профессиональные (ПК):***

- (ПК-9) - умением способствовать развитию психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;

- (ПК-23) - способностью осуществлять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

#### 1.4.2. В результате изучения дисциплины студент будет:

|          |  |
|----------|--|
| Знать:   | <p>(ОК-6) - способы взаимодействия (кооперации) с коллегами, особенности работы в коллективе;</p> <p>(ОПК-9) - социально значимые потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья, их ценностные ориентации, направленность личности, мотивацию в деятельности, установки, убеждения, позволяющие им самим управлять собой, подчинять самого себя собственной воле;</p> <p>(ПК-9) - закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, основные кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций;</p> <p>(ПК-23) - простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья</p> |
| Уметь:   | <p>(ОК-7) - поддерживать мотивацию самосовершенствования;</p> <p>(ОПК-9) - способствовать формированию у лиц с отклонениями в состоянии здоровья ценностных ориентаций, направленности личности, мотивации в деятельности, установок, убеждений, позволяющих им самим управлять собой, способности вести самостоятельную жизнь, самосовершенствоваться, самоактуализироваться;</p> <p>(ПК-23) - применять простейшие психотерапевтические приемы по профилактике прогрессирования и (или) устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья</p>  |
| Владеть: | <p>(ПК-9) - приемами развития психических и физических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья с учетом сенситивных периодов развертывания их функций, этиологии и патогенеза заболеваний;</p> <p>(ПК-23) - простейшими психотерапевтическими приемами по профилактике и устранению психологических комплексов, характерных для различных нозологических форм, возрастных и гендерных групп занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья.</p>  |

### 1.5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

#### *очная форма обучения*

| Вид учебной работы                    | Всего часов | Семестр IV |
|---------------------------------------|-------------|------------|
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>     | <b>60</b>   | <b>60</b>  |
| В том числе:                          | -           | -          |
| Лекции                                | 10          | 10         |
| Практические занятия (ПЗ)             | 36          | 36*        |
| Семинары (С)                          | 14          | 14         |
| Лабораторные работы (ЛР)              | -           | -          |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b> | <b>84</b>   | <b>84</b>  |

|  |                  |            |
|--|------------------|------------|
| В том числе:                           | -                | -          |
| Подготовка к текущим контролям         | 14               | 14         |
| Подготовка к теоретическим занятиям    | 14               | 14         |
| Анализ литературы                      | 10               | 10         |
| Работа с интернет ресурсами            | 10               | 10         |
| Подготовка к экзамену                  | 36               | 36         |
| Вид промежуточной аттестации – экзамен |                  | экзамен    |
| Общая трудоемкость                     | часы             | <b>144</b> |
|  | зачетные единицы | <b>4</b>   |

*\*Из них 12 ч., проводимые в интерактивной форме.*

**заочная форма обучения**

| Вид учебной работы                      | Всего часов      | Семестр    |
|---|------------------|------------|
|   |                  | <b>IX</b>  |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>       | <b>16</b>        | <b>16</b>  |
| В том числе:                            | -                | -          |
| Лекции                                  | 4                | 4          |
| Практические занятия (ПЗ)               | 6                | 6*         |
| Семинары (С)                            | 6                | 6          |
| Лабораторные работы (ЛР)                | -                | -          |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>   | <b>128</b>       | <b>128</b> |
| В том числе:                            | -                | -          |
| Подготовка к текущим контролям          | 20               | 20         |
| Контрольная работа                      | 9                | 9          |
| Подготовка к теоретическим занятиям     | 8                | 8          |
| Анализ литературы                       | 8                | 8          |
| Работа с интернет ресурсами             | 10               | 10         |
| Самостоятельное изучение тем дисциплины | 25               | 25         |
| Анализ диссертационных работ            | 12               | 12         |
| Подготовка к экзамену                   | 36               | 36         |
| Вид промежуточной аттестации – экзамен  |                  | экзамен    |
| Общая трудоемкость                      | часы             | <b>144</b> |
|   | зачетные единицы | <b>4</b>   |

*\*Из них 4, проводимые в интерактивной форме*