

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Солоненко Анна Александровна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 2025-03-25 00:55:35  
Уникальный идентификатор документа:  
d9ba9a2cd160-b4-40-478-b037f8b3050e51



Дмитровский рыбохозяйственный технологический институт (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Астраханский государственный  
технический университет»  
(ДРТИ ФГБОУ ВО «АГТУ»)

Система менеджмента качества в области образования, воспитания, науки и инноваций сертифицирована DQS  
по международному стандарту ISO 9001:2015

**Факультет высшего образования**

**Кафедра «Гуманитарные и  
социально-экономические дисциплины»**

## **ТЕХНОЛОГИИ САМООРГАНИЗАЦИИ И САМОРАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ**

### **Методические указания**

для практических занятий

для обучающихся по направлению подготовки,

05.03.06 Экология и природопользование,

16.03.03 Холодильная, криогенная техника и системы  
жизнеобеспечения,

19.03.03 Продукты питания животного происхождения,

35.03.08 Водные биоресурсы и аквакультура,

38.03.01 Экономика

38.03.07 Товароведение

**Автор:** Готовкина М.С., к.с.н, доцент кафедры «Гуманитарные и социально-экономические дисциплины»

Методические рекомендации по выполнению практической работы по дисциплине утверждены на заседании кафедры «Гуманитарные и социально-экономические дисциплины».

© Дмитровский рыбохозяйственный технологический институт  
(филиал) ФГБОУ ВО «Астраханский государственный технический университет»

Цель методических рекомендаций: оказание помощи обучающимся в выполнении практических заданий по дисциплине «Технологии самоорганизации и саморазвития личности».

Подготовка к практическим занятиям предполагает, что студент должен руководствоваться следующими рекомендациями:

1. При работе над конкретной темой обратите внимание на степень доступности для вас базовых учебников, учебных пособий, указанных в списке рекомендованной учебной и универсально-справочной литературы. В интересах доступности литературы, при подготовке к семинарам, указана широкая подборка журналов по каждой теме, а также Internet-ресурсы, имеющие электронные издания.

2. При работе с текстами необходимо обращаться к справочной литературе, поскольку в текстах встречается много новых слов, значение которых оказывается, принципиально важным для адекватного понимания текста.

3. Следующим шагом является изучение основного списка литературы, с обязательным составлением краткого плана-конспекта каждого источника. Важным моментом является поэтапное прочтение всей рекомендованной литературы, поскольку в ней содержится большой объем нового для студента историко-культурного материала, без ознакомления с которым невозможно полноценное освоение темы.

4. Уяснение связи изучаемой темы с уже освоенным учебным материалом.

Практическое занятие - форма организации оцениваемой деятельности обучающегося, заключающаяся в выполнении им комплекса контрольных упражнений, направленных на демонстрацию сформированных умений и навыков, компетенций.

## 1. Структура практических занятий

Практические занятия по дисциплине регламентированы учебным планом

№ п/п	Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)	Образовательные технологии	Формы текущего контроля успеваемости
1.	Введение. Цель, задачи и практическое значение курса.	Проблемная лекция, семинар	Устный опрос
2.	Субъект и объект самопознания и самореализации. Сущность самореализации	Лекция, проблемный семинар	Устный опрос
3.	Структура самореализации. Соотношение самопознания, самовоспитания и самореализации	Проблемная лекция, семинар - дискуссия	Устный опрос

	<b>личности</b>		
4.	<b>Методы самореализации личности</b>	Проблемная лекция, семинар, анализ конкретной ситуации	Устный опрос

## **Образовательные технологии**

### **1.1. Лекция**

Лекцией называется устное изложение информации, выстроенное по строго определенной логической структуре, подчиненной задаче максимально глубоко и понятно раскрыть заданную тематику. Основное предназначение лекции: помощь в освоении фундаментальных аспектов; упрощение процесса понимания научно-популярных проблем; распространение сведений о новых достижениях современной науки.

Этот вид необходим для того, чтобы дать учащимся представление о конкретном учебном предмете, познакомить с его основными задачами. Вводные лекции обычно рассказывают об особенностях курса, его роли среди остальных дисциплин. Студенты получают ориентировочный план лекций на учебный семестр или год, узнают об основных этапах развития предмета и выдающихся личностях, сделавших весомый вклад в научное направление. Также в рамках вводной лекции излагается информация о современном состоянии проблемы курса, перспектив его развития. Преподаватель кафедры объясняет учащимся особенности построения их дальнейшей работы, перечисляет возможные формы проведения семинаров и других видов занятий, предлагает перечень книг, необходимых для подготовки к зачету или экзамену.

Информационные лекции – это традиционный способ изложения материала. Они проводятся в том случае, когда учащихся необходимо ввести в курс по конкретному вопросу или предмету. Лектор предоставляет студентам нужные сведения, которые следует не только прослушать и осмыслить, но и запомнить. Для лучшего усвоения материала информационные лекции предполагают конспектирование – запись основных моментов доклада. Ведение конспекта помогает студентам лучше усвоить важнейшую информацию курса и при необходимости повторить материал перед сдачей экзамена или зачета.

### **1.2. Проблемная лекция**

В отличие от информационной лекции, на которой студенты получают интерпретированную преподавателем информацию, на проблемной лекции, новый теоретический материал подается как неизвестное, которое необходимо открыть, решил вши проблемную ситуацию. Задача педагога заключается в необходимости прогнозировать проблемную стратегию

обучения, обеспечить участие студентов в анализе возникшего противоречия, привлекать их к решению проблемных ситуаций, учить выдвигать оригинальные пути их решения, учить анализировать полученную новую информацию в свете известных теорий, выдвигать гипотезы и использовать различные методы для их решения.

На проблемной лекции привлечение студентов к активной деятельности осуществляется преподавателем с помощью создания проблемных ситуаций

Проблемная ситуация - ситуация, для овладения которой отдельный субъект (или коллектив) должен найти и применить новые для себя знания или образ действий \*. В проблемном вопросе, в проблемной ситуации всегда это должна иметь место противоречие, например: противоречие между теоретически возможным способом решения задачи и его практической нецелесообразностью, отсутствием методов анализа и обработки реально существующих фактов, противоречие между научными фактами и житейскими представлениями студентов.

## 2.1. Семинар

Семинар – форма учебно-практических занятий, при которой учащиеся (студенты, стажёры) обсуждают сообщения, доклады и рефераты, выполненные ими по результатам учебных или научных исследований под руководством преподавателя. Преподаватель в этом случае является координатором обсуждений темы семинара, подготовка к которому является обязательной. Поэтому тема семинара и основные источники обсуждения предъявляются до обсуждения для детального ознакомления, изучения. Цели обсуждений направлены на формирование навыков профессиональной полемики и закрепление обсуждаемого материала. Семинары — эффективная форма подготовки инженерных и научно-педагогических кадров в вузах

## 2.2. Проблемный семинар

**Проблемный семинар** – это вид семинара, в котором преподаватель с помощью специально подобранных проблемных ситуаций, побуждает студентов самостоятельно рассуждать и активно искать ответы на поставленные вопросы.

Структурным элементом проблемного семинара является учебная проблема, проблемная ситуация или проблемный вопрос.

Преподаватель создает проблемную ситуацию, для решения которой необходимы индуктивные обобщения; организует беседу, в ходе которой рядом последовательных вопросов он изобличает студента в противоречиях.

Для подобных бесед характерны две *специфические черты*:

1) «сократовская индукция» – построение наводящих вопросов таким образом, что, отвечая на них, студент сам постепенно убеждается в неверности и несовершенстве ранее высказанных положений,

2) «сократовская ирония» – шутливо искаженная позиция преподавателя, подчеркивающего свое мнимое незнание обсуждаемого вопроса в противовес самоуверенности обучающегося.

Задаваемые вопросы должны стимулировать у студентов стремление размышлять, доказывать и отстаивать свои позиции, свои мысли. Вопросы строятся по принципу критического отношения к догматическим утверждениям.

Раскрытием противоречий устраняется мнимое знание, а беспокойство, в которое при этом ввергается ум, побуждает мысль обучающегося к поискам истины.

Преподаватель с помощью подобранных вопросов помогает студенту найти истинный ответ и тем самым привести его от неопределенных представлений к логически ясному знанию обсуждаемого предмета.

Использование «сократовского» метода в ходе семинара позволяет выявить пробелы в знаниях студентов, повышает интерес к изучаемой дисциплине, способствует активному усвоению знаний, формирует и развивает навыки самостоятельной работы и ведения дискуссии.

### **2.3 Семинар - деловая игра**

В зависимости от понимания главной цели деловой игры, которая заключается в обучении студентов решать разные производственные (педагогические) задачи, проектировать программу действий студента в сложных ситуациях, моделировать ожидаемый результат можно выделить следующие *этапы*:

- *информационный*, который связан с усвоением, запоминанием, обновлением, систематизацией готовой суммы профессиональных знаний, умений и навыков;

- *проблемный*, на котором происходит перевод теоретических знаний на язык практических действий;

- *поведенческий*, обеспечивающий принятие решений и программы действий в условиях конкретной ситуации на основе ее глубокого теоретического осмысления;

- *оценочный*, позволяющий выбрать и обосновать оптимальный вариант решения поведенческой программы. Такой целостный, многоступенчатый процесс создает надежную основу для увеличения самостоятельности в решении новых задач, для формирования творческой активности обучающихся. При этом роль преподавателя – руководителя семинара с использованием деловой игры приобретает качественно новую окраску, предъявляя повышенные требования к уровню его психолого-педагогической компетентности.

*Характерные признаки деловых игр (В.Я. Платов):*

- наличие общей цели всего игрового коллектива;
- воспроизведение процесса труда руководящих работников, специалистов предприятий и организаций;
- описание объекта игрового моделирования;
- распределение ролей между участниками игры;
- взаимодействие участников игры, исполняющих те или иные роли (занимающих конкретные «должности»), имитирующие деятельность

конкретного коллектива;

- реализация в процессе игры «цепочки решений»;
- подготовка участников будущей деловой игры.

Рассмотрим каждый из этих признаков.

*Наличие общей цели всего игрового коллектива.* Игровой коллектив решает конкретные учебные цели, с их формулирования начинается описание каждой из предложенных игр. Однако отдельная игровая подгруппа (команда) может идти к реализации общей цели семинара через целый ряд подцелей. Это обусловлено уровнем подготовленности членов игровой группы к предстоящей игровой деятельности, степенью совпадения учебной и личной цели участников семинара и т. д. В качестве примера можно привести *цепочку подцелей*:

- научить участников игры методике сбора и обработки информации для принятия решения;
- научить участников игры анализировать производственные (педагогические) ситуации, выявлять основные факторы и взаимосвязи, обусловившие то или иное педагогическое явление;
- сформулировать и закрепить у участников игры профессиональные навыки принятия решений;
- стимулировать проявление деловых и моральных качеств в условиях максимально приближенных к реальной деятельности специалиста;
- сформировать необходимые социально-профессиональные ориентации участников семинара.

Этот ряд можно продолжить; главное в том, чтобы каждая подцель не противоречила общей и успешность ее реализации обеспечивала бы подготовку участников игры к решению производственных задач.

*Воспроизведение процесса труда специалистов.* При разработке семинара с использованием деловых игр неукоснительно выполняется важное требование – моделировать процесс труда или отдельные его эпизоды.

*Описание объекта игрового моделирования.* Описание объекта игрового моделирования означает раскрытие основных условий и параметров жизнедеятельности объекта, указание целей, критериев оптимальности и ограничений при решении конкретной педагогической задачи, а также информацию об участниках учебно-воспитательного процесса, времени и месте действия. При описании объекта игрового моделирования можно использовать два подхода: формальный и эвристический. Формальное описание может быть осуществлено на бумаге или с помощью ПК. Эвристический подход предполагает словесное описание объекта с указанием его качественных характеристик.

*Распределение ролей между участниками семинара с использованием деловых игр.* Каждый участник деловой игры должен иметь свою роль. При выполнении в игре обязанностей, обусловленных этой ролью, он не должен выходить за рамки правил, установленных в деловой игре. Разыгрывание спектакля происходит в конфликтной ситуации, сопровождающейся

возникновением реакций у каждого человека-участника игры и требующей от него мобилизации профессиональных, интеллектуальных и психофизических способностей. Таким образом, любая роль в деловой игре приобретает личностную окраску. Это дает возможность обучать навыкам принятия решения в конфликтной ситуации, исследовать влияние личностного фактора, ориентации специалистов на определенный характер деятельности, на эффективность принимаемых ими решений. Деловые игры позволяют изучать деловые и моральные качества обучаемых в условиях, максимально приближенных к их реальной деятельности. В деловых играх допускаются: роли любого уровня, групповое исполнение ролей (как правило, малыми группами), привлечение некоторых участников деловой игры к организации игрового процесса в роли арбитров, экспертов, посредников и т.д., исполнение некоторых ролей электронными вычислительными машинами, при этом должна быть продумана соответствующая программа ЭВМ, обеспечивающая работу участников деловой игры в режиме диалога.

*Взаимодействие участников игры.* Порядок взаимодействия участников игры обусловлен определенными функциональными обязанностями лица, в роли которого он выступает, установленными правилами игры; принятой в данной деловой игре системой оценивания деятельности участников. Взаимодействие участников проявляется на всех ее этапах: при уяснении задачи, анализе производственных (педагогической) ситуации, подготовке и выработке решений, защите собственных решений и обсуждении решений, принятых другими игровыми группами. Оно может осуществляться по разным уровням (если иметь в виду иерархическую структуру игрового комплекса). Взаимодействие на одном уровне может происходить в форме совместного обсуждения и согласования решаемых вопросов игроками, имеющими одинаковые должности. Взаимодействие на разных уровнях означает сотрудничество обучаемых, находящихся в игре на разных должностных уровнях (отдача и исполнение приказов и распоряжений и т.д.), а также взаимодействие их с преподавателем – руководителем деловой игры. Характер взаимодействия участников игры между собой и с руководителем игры может быть различным. В одних деловых играх, например, обращаться к руководителю игры (с любыми вопросами) обладает только «руководитель». Только он докладывает принимаемые группой решения, защищает их, выдвигает аргументы против решений, вырабатываемых остальными игровыми группами. Есть игры, в которых характер взаимодействия более «демократичен», все участники игры могут выдвигать свои решения и обосновывать, их, все могут выступать с критикой решений, принятых другими.

*Реализация в процессе игры «цепочки решений».* При воспроизведении в деловой игре процесса принятия решений обязательно реализуется «цепочка решений», т.е. ряд последовательных решений, учитывающих результаты предыдущих. Прорабатываемая в деловой игре «цепочка решений» должна состоять не менее чем из 3-х звеньев: принятие исходного решения,

получение информации о результатах решения и принятие решения на 2-м этапе, получение информации о результатах решения на втором этапе и принятие решения на 3-м этапе.

*Подготовка участников к семинару с использованием деловых игр.* Деловая игра требует от участников соответствующих знаний и навыков. Студенты знакомятся с объектом игрового моделирования, исходными данными, игровой ситуацией, функциями участников, правилами и методикой проведения игры, а также системой оценивания. На подготовительном этапе проводится решение контрольных задач, позволяющих определить степень готовности обучаемых, а также организуется «репетиция» деловых игр, т.е. упрощенный вариант предстоящей игры. «Репетиция» помогает настроить участников на активную деятельность, снять психологический барьер предубежденности против данного метода обучения, пояснить и продемонстрировать принципы оценивания деятельности игроков. Подготовка к игре включает комплектование игровых групп, выдвижение лидеров, распределение ролей между участниками; изучение правил. Правила игры могут быть красочно оформлены и вручены участникам в виде памятки. Например, первое правило – в игре все равны, просьба «расстегнуть мундиры и снять погоны»; второе правило – для успешного сотрудничества рекомендуется выполнять несколько советов, данных Д. Карнеги: «Вникни, будь доброжелателен, не унижай, возвышай»; третье правило – строго следите за регламентом, действуйте в рамках полученной роли; четвертое правило – всегда помните о главной общей цели всего игрового комплекса.

*1. Разработка проектного задания.* Преподаватель определяет учебные, воспитательные, развивающие цели будущей проектной работы, формулирует идею, определяет проблему, требующую разрешения, но при этом не навязывает собственной точки зрения, а руководствуется мнением студентов.

*2. Выбор темы проекта.* Преподаватель выступает координатором процедуры выбора темы проекта, консультантом по вопросам целесообразности, реальности и ее соответствия учебно-воспитательным целям.

*3. Выделение подтем.* Преподаватель сам или совместно со студентами вычленяет подтемы; организует их распределение и обсуждение со студентами; раскрывает перспективы исследования, мотивирует, консультирует.

*4. Формирование творческих групп.* Преподаватель проводит организационную работу по объединению студентов в творческие подгруппы, определяет характер деятельности каждого участника с учетом личных интересов и потребностей студентов, для того, чтобы поддерживать на высоком уровне мотивацию, разделить обязанности и ответственность за результаты деятельности.

*5. Подготовка материалов к исследовательской работе.* Преподаватель сам или совместно со студентами осуществляет формулировку вопросов, на

которые надо ответить, отбор литературы, определяет задания для творческих групп.

6. *Определение форм итогов проектной деятельности.* Преподаватель корректирует, предлагает идеи, помогает прогнозировать результат.

7. *Осуществление разработки проекта.* Преподаватель руководит поисковой деятельностью студентов: опосредованно наблюдает, помогает (в случае необходимости), консультирует, координирует работу студентов, стимулирует их деятельность, побуждает студентов к самостоятельному постижению изучаемых явлений, активному формированию и критическому осмыслению собственной точки зрения.

8. *Оформление проекта.* Преподаватель помогает обобщить результаты исследования, разработать дизайн проекта, оформить проект.

9. *Презентация.* Преподаватель организует условия для презентации студенческих проектов и экспертизу проекта. Преподаватель на равных со студентами, совместно с экспертами слушает, задает вопросы, корректирует.

10. *Рефлексия.* Преподаватель оценивает свою деятельность и организует условия для обсуждения студентами результатов своей работы, оценивает работу студентов и экспертов с учетом мнения участников проекта, мотивирует дальнейшие исследования (особенно тех студентов, которые проявили исследовательский потенциал).

*Виды презентаций проекта:* научный доклад, информационное сообщение, компьютерная презентация, деловая игра, коллаж, инсценировка, выставка, демонстрация DVD фильма, экскурсия, научная конференция, пресс-конференция и др.

Исследовательский этап	Технологический этап	Заключительный этап	Презентационный этап
– метод решения конкретных ситуаций – метод решения ситуационных задач – метод работы с информационным и базами данных – метод КМД (коллективной мыследеятельности и в работе с малыми группами) – метод матрицы идей	– метод групповой дискуссии – метод мозгового штурма – метод сотрудничества – метод решения проблемной (производственной) ситуации, – метод решения ситуационных (производственных) задач, – метод портфолио – тематические дискуссии –	– метод решения конкретных ситуаций – метод анкетирования	– презентационный метод – демонстрационный метод – метод защиты проекта – метод экспертной оценки

Построение учебного процесса в проектном обучении строится не в логике изучаемого предмета, а в логике деятельности обучающихся. Поэтому в проектном цикле допускаются информационные паузы для усвоения содержания нового материала, предполагается выполнение проектов в индивидуальном темпе в виде опережающих самостоятельных заданий исследовательского, практического характера под руководством преподавателя на основе собственного выбора студентов. Выбор осуществляется на различных этапах и может быть внешним (выбор самого проекта, вида задания, роли, партнеров по деятельности, материала и формы его представления в проекте, способа выполнения работы, выбор опор). Внутренний выбор студентов определяется потребностями, способностями, ценностными ориентирами, субъективным опытом, эмоциональным настроением, взаимоотношениями с другими студентами.

## 2.4 Семинар - мозговой штурм

**Семинар с использованием метода «мозговой атаки»** – это вид семинара, в котором «мозговая атака» применяется как один из методических приемов или как самостоятельный метод его проведения.

### *Особенности проведения*

Порядок подготовки и проведения определяются особенностями метода.

### *Этапы работы*

#### *участников семинара с использованием метода «мозговой атаки»*

1. Формулирование проблемы, подлежащей решению, определение условий коллективной работы, объявление правил поведения участников в поиске решения, формирование рабочих групп и постановка задачи.

2. «Мозговой атаке» может предшествовать *«интеллектуальная разминка»* –упражнение в быстром поиске ответов на заранее подготовленные вопросы ответов и решение нетиповых задач. В процессе разминки обучающиеся освобождаются от воздействия сковывающих факторов, добиваются снятия психологических барьеров, стеснительности, боязни ошибок, а также учатся воздерживаться от критики выдвигаемых любых, пусть даже нелепых предложений.

3. Анализ выдвигаемых идей – изучение, сопоставление, оценка, отбор лучших идей экспертами.

4. Информация о результатах коллективной работы, оценка наилучших идей и их публичная защита, принятие решения.

Для работы на этапах семинара обычно вводятся следующие *условия и правила*:

- недопустима критика по поводу выдвигаемых идей на этапе их генерирования: мгновенная критика – враг идей, в каком бы виде она не проявлялась, в жестах, взглядах, мимике; это губит идею;

- в «мозговой атаке» все равны, нет приоритета и персонального авторства, не важно, кто сказал; важно, что сказано;

- творческий поиск направляется на генерирование оптимальной идеи для решения поставленной проблемы, уход в сторону не допускается;
- выдвигаемая идея формулируется четко и кратко;
- высказывания не должны дублировать друг друга и повторяться, но возможны и желательны комбинации, обобщение и развитие высказанных идей;
- синтез, критика, обоснование идеи проводятся в конструктивной форме – не группой, их выдвинувшей, а другой;
- выбираются рациональные идеи, но остальные не отбрасываются.

*Организационные правила:*

- обучающиеся разбиваются на группы: руководители, генераторы идей, аналитики идей;
- время выступления – не более 3 минут;
- все стремятся к установлению непринужденной атмосферы, благоприятной для генерирования идей.

## **2.5 Семинар-дискуссия**

**Семинар с использованием метода «круглого стола»** – это вид семинара, в котором используется разновидность диалога «круглый стол», в процессе которого происходит мобилизация и активизация студентов (специалистов) на решении конкретных актуальных проблем.

«Круглый стол» может быть организован как один из методических приемов семинарского занятия, а также как самостоятельный метод его проведения.

Данный вид семинара реализует принцип коллективного обсуждения проблемы, умения соединить элементы доказательства и убеждения в ходе дискуссии, и обеспечивает решение задач: наращивание информации, прогнозирование определенных проблем и возможностей их решения, укрепление позиций в проблемных вопросах; воспитание логической и творческой культуры ведения дискуссии и пр.

Порядок подготовки и проведения «круглого стола» определяется спецификой самого метода.

### **Этапы «круглого стола»**

*1. Подготовительный этап:* выбор темы, подбор ведущего, подбор участников, подготовка сценария, подготовка помещения, подготовка технических средств, информирование участников, консультирование участников.

В сценарии ориентировочно определяются возможная последовательность, содержание и регламент выступлений. Рекомендуется делать домашние заготовки и предусматривать применение стимулов на случай угасания или невозгорания дискуссии.

Заблаговременно сообщаются тема, время начала, продолжительность занятия. Обучающимся предлагается подготовить интересующие их вопросы в пределах темы. Особое значение придается оснащению места проведения – расположения по кругу или какого-либо другого расположения, зрительно

подчеркивающего равенство участников.

2. *Дискуссионный этап.* Ведущий называет тему (проблему), представляет обучающихся, знакомит аудиторию с их специализацией, определяет тезаурус, регламент, правила и порядок работы (общую технологию занятия), осуществляет проведение «информационной атаки», организует выступление дискутантов, ответы на дискуссионные вопросы, подведение мини-итогов по выступлениям и дискуссии, видеозапись или аудиозапись, подведение заключительных итогов ведущим, возможна выработка рекомендаций или решений.

В случае присутствия специалистов переадресовывает каждому из них вопросы.

3. *Постдискуссионный этап:* подведение итогов, обработка и расшифровка информации.

«Круглый стол» может проводиться с участием как преподавателей, специализирующихся на отдельных разделах учебной дисциплины, так и приглашенных для этих целей специалистов.

Ведущий «круглого стола» стремится обеспечить основные принципы известного полемического кодекса чести (взаимная интеллектуальная терпимость и доверие участников, объективность, искренность, активность, откровенность, определенный уровень эмоциональной напряженности, разумная доля юмора).

### **3.1 Тренинг командообразования**

Тренинг командообразование — это целенаправленное формирование эффективного взаимодействия людей в команде, через улучшение социального окружения, позволяющего членам команды реализовать их потенциал согласно существующим стратегическим целям.

Тренинг командообразования относится к системе активного обучения, направленной на: развитие коммуникативных навыков участников; усовершенствование способов общаться в команде; освоение навыков обратной связи; оттачивание процессов принятия решений с учетом мнения всех членов команды; получение удовольствия от совместных видов деятельности; формирование стандартов позитивности социального окружения.

### **3.2 Тренинг коммуникации**

Коммуникативный тренинг – это форма психологического воздействия, основанного на активных методах групповой работы, специально организованное общение, в ходе которого решаются вопросы развития личности, формирования коммуникативных навыков, оказания психологической помощи и поддержки.

Член группы может активно экспериментировать с различными стилями общения, усваивать и отрабатывать совершенно новые, несвойственные ему ранее коммуникативные умения и навыки, ощущая при этом психологический комфорт и защищенность. Таким образом, тренинг — это

интенсивная подготовка к более активной и полноценной жизни в обществе.

#### **4. Тестирование**

*Тестирование* – это исследовательский метод, который позволяет выявить уровень знаний, умений и навыков, способностей и других качеств личности, а также их соответствие определенным нормам путем анализа способов выполнения испытуемым ряда специальных заданий. Такие задания принято называть тестами. Тест – это стандартизированное задание или особым образом связанные между собой задания, которые позволяют исследователю диагностировать меру выраженности исследуемого свойства у испытуемого, его психологические характеристики, а также отношение к тем или иным объектам. В результате тестирования обычно получают некоторую количественную характеристику, показывающую меру выраженности исследуемой особенности у личности. Она должна быть соотносима с установленными для данной категории испытуемых нормами.

#### **5 Анализ конкретной ситуации**

*Решение ситуационных задач (кейсов)*– это вид самостоятельной работы по систематизации информации в рамках решения конкретных проблем. Решение ситуационных задач требует самостоятельного мыслительного поиска решения проблемы. Такой вид самостоятельной работы направлен на развитие мышления, творческих умений, усвоение знаний, добытых в ходе этого поиска. Следует отметить, что такие знания более прочные, они позволяют видеть, ставить и разрешать как стандартные, так и не стандартные задачи, которые могут возникнуть в дальнейшем в профессиональной деятельности.

Решения ситуационных задач относятся к частично поисковому методу и предполагают третий (применение) и четвертый (творчество) уровень знаний. Характеристики выбранной для ситуационной задачи способа ее решения являются отправной точкой для оценки качества этого вида работ. В динамике обучения сложность проблемы нарастает, и к его завершению соответствует сложности задач, поставленных профессиональной деятельностью на начальном этапе. Оформляется решение ситуационных задач в письменной форме, в форме презентации или устно по заданию преподавателя.

Решение кейсов рекомендуется проводить в 5 этапов:

Первый этап – знакомство с ситуацией, ее особенностями.

Второй этап – выделение основной проблемы (основных проблем), выделение факторов и персоналий, которые могут реально воздействовать.

Третий этап – предложение концепций или тем для «мозгового штурма».

Четвертый этап – анализ последствий принятия того или иного решения.

Пятый этап – решение кейса – предложение одного или нескольких вариантов (последовательности действий), указание на возможное

возникновение проблем, механизмы их предотвращения и решения.

Анализ кейсов может быть, как специализированным, так и всесторонним. Специализированный анализ должен быть сосредоточен на конкретном вопросе или проблеме. Всесторонний (подробный) анализ подразумевает глубокое погружение в ключевые вопросы кейса.

Общая схема работы с кейсом на данном этапе может быть представлена следующим образом:

- в первую очередь следует выявить ключевые проблемы кейса и понять, какие именно из представленных данных важны для решения;
- войти в ситуационный контекст кейса, определить, кто его главные действующие лица, отобрать факты и понятия, необходимые для анализа, понять, какие трудности могут возникнуть при решении задачи;
- следующим этапом является выбор метода исследования.

#### **4. Формы текущего контроля успеваемости на практических занятиях**

Опрос - фронтальная форма контроля, представляющая собой ответы на вопросы преподавателя. (УК-6)

Кейс – это краткое описание проблемной ситуации на каком-либо реальном, либо вымышленном объекте, требующая от обучаемого оценки и/или предложений по выходу из данной ситуации, опираясь на предложенные вопросы (УК-6)

Ситуационная профессиональная задача – особый вид работы, в ходе которых обучающиеся используют теоретические знания на практике, применяют различный инструментарий и прибегают к помощи тестовых и иных методик (УК-6)

Тест - система стандартизированных заданий, позволяющих измерить уровень знания студента по определенной тематике зачет (УК-6)

##### 4.1. Методические рекомендации по подготовке к семинарским занятиям (опрос, коллоквиум, дискуссия и др.) и его проведению

Подготовку обучающегося к каждому семинарскому занятию необходимо начать с ознакомления с планом семинарского занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованной к данной теме. Все новые понятия по изучаемой теме обучающемуся необходимо выучить наизусть и внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса.

Результат такой работы должен проявиться в его способности свободно ответить на теоретические вопросы семинара, в выступлении и участии в коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы.

При проведении теоретических семинаров обучающиеся приобретают

навыки высказывания своих суждений и изложения мнений других авторов в устной форме, грамотным языком и в хорошем стиле.

Семинарские занятия могут проходить в форме **опроса, коллоквиума, дискуссии** и др.

*Опрос* - фронтальная форма контроля, представляющая собой ответы на вопросы преподавателя в устной форме.

*Коллоквиум* - групповое обсуждение под руководством преподавателя достаточно широкого круга проблем, например, относительно самостоятельного большого раздела

*Дискуссия* – групповое обсуждение под руководством преподавателя спорного вопроса.

В ходе дискуссии и/ или коллоквиума обучающимся предоставляется возможность высказать свою точку зрения на рассматриваемую проблему, учиться обосновывать и защищать.

В зависимости от содержания и количества отведенного времени на изучение каждой темы семинарское занятие может состоять из нескольких частей:

1. Обсуждение теоретических вопросов, определенных программой дисциплины.
2. Доклад и/или выступление (возможно, с презентациями) по проблеме семинара.
3. Обсуждение выступлений по теме (дискуссия).
4. Подведение итогов занятия.

*Первая часть* - обсуждение теоретических вопросов - проводится в виде фронтальной беседы со всей группой и включает выборочную проверку преподавателем теоретических знаний обучающихся. Примерная продолжительность — до 15 минут.

*Вторая часть* — выступление обучающихся с докладами, которые должны сопровождаться презентациями с целью усиления наглядности восприятия, по одному из вопросов семинарского занятия. Обязательный элемент доклада - представление и анализ статистических данных, примеры из практики туристской индустрии, обоснование сделанных выводов, объяснения существующих явлений или процессов. Примерная продолжительность — 20-25 минут.

**Доклад** – публичное сообщение, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

**Этапы подготовки доклада:**

1. Определение цели доклада.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.

6. Композиционное оформление доклада.
7. Запоминание текста доклада, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом.
9. Обсуждение доклада.
10. Оценивание доклада

**Композиционное оформление доклада** – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение (опровержение), заключение.

**Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

- название доклада;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода.

Выступление состоит из следующих частей:

**Основная часть**, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

**Заключение** - это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

Регламент устного публичного выступления (доклада) – *не более 10 минут*.

Соотношение составных частей доклада – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

После докладов следует их обсуждение - *дискуссия*. В ходе этого этапа семинарского занятия могут быть заданы уточняющие вопросы к докладчикам. Примерная продолжительность - до 15-20 минут.

*Подведением итогов* заканчивается семинарское занятие. Обучающимся объявляются оценки за работу и даются их четкие обоснования. Примерная продолжительность — 5 минут.

#### 4.2. Методические рекомендации по подготовке к контрольной работе

**Контрольная работа** – самостоятельная письменная аналитическая работа, выступающая важнейшим элементом текущей и промежуточной аттестации по дисциплине. Цель контрольной работы - продемонстрировать специальные знания по одной или нескольким темам дисциплины и навыки их практического применения. Контрольная работа используется как задание

по аудиторной, так и внеаудиторной самостоятельной работы для обучающихся.

Контрольные работы по своей сути могут представлять собой подготовку реферата или доклада на заданную тему, решение кейса или выполнение проекта или исследования.

Контрольная работа – самостоятельная работа, представляющая собой письменный ответ на вопрос, рассматриваемый в рамках одной учебной дисциплины. Содержание ответа на поставленный вопрос включает: знание теории, выделение актуальных проблем данной темы в сфере культуры и других сфер общественной жизни.

Контрольная работа выполняется студентами на основе самостоятельного изучения рекомендованной литературы, с целью систематизации, закрепления и расширения теоретических знаний, развития творческих способностей студентов, овладения навыками самостоятельной работы с научной, научно-методической, нормативно-правовой литературой, формирования умений анализировать и отвечать на вопросы, поставленные темой работы, делать выводы на основе проведенного анализа. Работы приобщают также студентов к научно-исследовательской деятельности, играют важную роль в их профессиональной подготовке.

Качество письменной работы оценивается, прежде всего по тому, насколько самостоятельно и правильно студент раскрывает содержание главных вопросов темы, использует знание рекомендованных к теме первоисточников. При изложении материала следует стремиться к тому, чтобы каждое теоретическое положение было убедительно аргументировано и всесторонне обосновано, а также подкреплено практическим материалом.

#### **4.3. Типовые контрольные задания к опросу и анализу учебной и научной литературы**

**Используя материалы лекций и учебной литературы, подготовьте ответы на вопросы**

- 1 Понятие «саморегуляция личности» в психологии.
- 2 Понятие «самоорганизации» в психологии.
- 3 Теоретические проблемы системного анализа саморегуляции личности.
- 4 Функциональное строение и психологические механизмы осознанной саморегуляции деятельности.
- 5 Многомерно-функциональный подход в изучении саморегуляции личности.
- 6 Стилиевые особенности саморегуляции произвольной активности.
- 7 Общие закономерности произвольной саморегуляции, ее основные компоненты.
- 8 Индивидуальный стиль саморегуляции
- 9 Индивидуальные особенности саморегуляции и личностные защиты.
- 10 Связь процессуальных свойств личности и саморегуляции.
- 11 Особенности становления произвольной саморегуляции.
- 12 Способность к саморегуляции и профессиональная пригодность.

- 13 Стиливые особенности осознанной саморегуляции агрессивного поведения.
- 14 Психологическая саморегуляция и профилактика неблагоприятных функциональных состояний.
- 15 Диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности.
- 16 Осознанная саморегуляция: пути и методы развития
- 17 Психо-эмоциональная модель поведения человека. DISC-profile
- 18 Модели успешного профессионального поведения.
- 19 Самоорганизация и постановка карьерных целей.
- 20 Принципы карьерной стратегии.
- 21 SWOT-анализ.
- 22 Жизненные ценности и приоритеты: колесо жизни.

#### 4.2. Шкалы оценивания представлены в Положении о рейтинге ДРТИ

##### *Шкала оценки устного ответа (опрос)*

Уровень / оценка	Описание
Продвинутый уровень («отлично»)	Правильно, всесторонне в полном объеме излагает знания: дает определения, раскрывает содержание понятий, верно использует терминологию; демонстрирует всестороннее и полное понимание смысла изученного материала
Углубленный уровень («хорошо»)	Правильно, в полном объеме излагает знания: дает определения, раскрывает содержание понятий, верно использует терминологию; демонстрирует понимание смысла изученного материала; допускает малозначительные ошибки
Базовый уровень («удовлетворительно»)	Правильно излагает базовые знания: дает определения, раскрывает содержание понятий, верно использует терминологию; демонстрирует понимание основного смысла изученного материала
Нулевой уровень («неудовлетворительно»)	Содержание знаниевого компонента не раскрыто; допускает значительные ошибки в изложении теоретического основ, не дает ответы на вопросы, в том числе вспомогательные

##### *Шкала оценки решения кейс заданий, ситуационной профессиональной задачи*

Уровень / оценка	Описание
Продвинутый уровень («отлично»)	Полное, правильное и обоснованное решение практической задачи, студент продемонстрировал умения и навыки в процессе решения практических задач
Углубленный уровень («хорошо»)	Решение в целом правильное и обоснованное, но допущены незначительные ошибки либо решение является неполным.
Базовый уровень («удовлетворительно»)	Решение содержит обоснование, ход рассуждений в целом верный, но при этом допущены существенные ошибки в решении практической задачи.
Нулевой уровень («неудовлетворительно»)	Отсутствует решение задачи, либо отсутствует обоснование решения, либо решение содержит обоснование, но допущены грубые ошибки, студент продемонстрировал отсутствие умений и навыков в процессе решения практических задач.

*Шкала оценивания устного ответа на зачете*

	Критерии, показатели выполнения типовых контрольных заданий
Базовый уровень («зачтено»)	Обучающийся твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач. Продемонстрировано умение реализовать компетенцию в типовых ситуациях и в ситуациях повышенной сложности, а также в нестандартных и непредвиденных ситуациях, создавая при этом новые правила и алгоритмы действий.
Нулевой уровень («не зачтено»)	Обучающийся не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы. Отсутствует умение реализовать компетенцию в типовых ситуациях.

**Учебная литература и интернет источники представлены в РП дисциплины**