

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС

Факультет экономики и финансов

Кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНА

кафедрой психологии

Протокол от «30» августа 2019 г. № 8

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ДИСЦИПЛИНЫ  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ  
К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА**

(ФТД.1)

краткое наименование дисциплины - не устанавливается

по направлению подготовки: 38.03.01 Экономика

направленность (профиль): «Инвестиционный анализ и управление проектами»

квалификация выпускника: Бакалавр

форма обучения: очная

Год набора — 2020

Новосибирск, 2019

**Автор – составитель:**

канд. психол. наук, доцент кафедры психологии Рубцова М.О.

**Заведующий кафедрой психологии:**

канд. психол. наук, доцент Войтик И.М.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....	3
2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО .....	4
3. Содержание и структура дисциплины .....	4
4. Фонд оценочных средств текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине .....	6
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....	9
6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине .....	10
6.1.Список основной литературы .....	10
6.2.Список дополнительной литературы .....	11
6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы .....	11
6.4. Нормативные правовые документы .....	11
6.5 Интернет-ресурсы .....	11
6.6. Иные источники .....	12
7. Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы .....	12

### **1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

- 1.1. Дисциплина ФТД.1 «Социально-психологическая адаптация первокурсников

к образовательной среде вуза» обеспечивает овладение следующей компетенцией с учетом этапа:

Таблица 1

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС – 6	Способность выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС – 6.1	Способность к самоорганизации и саморазвитию в течение всей жизни на основе общефилософских принципов

1.2. В результате освоения дисциплины должны быть сформированы:

Таблица 2

ОТФ/ТФ	Код этапа освоения компетенции	Результаты обучения
	УК ОС – 6.1	на уровне знаний: - процессов самоорганизации и самообразования
		на уровне умений: - применять принципы, законы и методы психологии при решении профессиональных задач; - отбирать необходимую для усвоения информацию; - организовывать собственную познавательную деятельность; - осознавать перспективы профессионального развития;
		на уровне навыков: - владения приемами организации собственной познавательной деятельности

## 2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

### Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины 1 ЗЕ.

Количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем 10 час. (лекции – 2 час, практические занятия – 4 час), на самостоятельную работу студента 26.

### Место дисциплины

Дисциплина «Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа» (ФТД.1) изучается на 1 курсе в 1 семестре.

## 3. Содержание и структура дисциплины

Таблица 3

№ п/п	Наименование тем	Объем дисциплины, час.	Форма текущего
-------	------------------	------------------------	----------------

	(разделов)	Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР	контроля успеваемости <sup>1</sup> , промежуточной аттестации
			л	лр	пз	КСР		
Раздел 1	<b>Введение в психологию адаптации</b>	<b>36</b>	<b>2</b>		<b>8</b>		<b>26</b>	
Тема 1.1	Понятие адаптации и теории адаптации	15	1		4		10	Э
Тема 1.2	Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника к образовательной среде вуза	21	1		4		16	ПЗ
Промежуточная аттестация								зачет
Всего		<b>36</b>	<b>2</b>		<b>8</b>		<b>26</b>	ак.ч.
		<b>1</b>	<b>0,06</b>		<b>0,22</b>		<b>0,72</b>	з.е.
		<b>27</b>	<b>1,5</b>		<b>6</b>		<b>19,5</b>	астр.ч.

## Содержание и структура дисциплины

### Раздел 1. Введение в психологию адаптации

#### Тема 1.1 Понятие адаптации и теории адаптации

Адаптация как процесс, состояние и свойство. Адаптация как общий принцип взаимодействия индивида и среды. Адаптация и развитие. Проблема целесообразности процесса адаптации. Модели процесса адаптации на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровне. Различные подходы к пониманию процесса адаптации и управления ею.

#### Тема 1.2 *Формы адаптации и стратегии адаптивного поведения*

Формы адаптации и стратегии поведения к образовательной среде вуза. Личностные особенности первокурсников. Активные и пассивные стратегии адаптивного поведения первокурсников к образовательной среде вуза. Самоизменение и изменение среды как основные направления процесса адаптации. Избегающее поведение. Смена социальной среды и ограничение контактов с внешним миром, как формы адаптации.

<sup>1</sup> Формы текущего контроля успеваемости: эссе (Э), практическое задание (ПЗ) и др.

**4. Фонд оценочных средств текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине**

4.1.1. В ходе реализации дисциплины ФТД.1 «Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

Таблица 4

Тема (раздел)		Методы текущего контроля успеваемости
<b>Раздел 1. Введение в психологию адаптации</b>		
Тема 1.1.	Общие положения психологии адаптации	Эссе
Тема 1.2	Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника в образовательной среде вуза	Выполнение письменного задания

4.1.2. Зачет проводится в форме устного/письменного ответа на вопросы и устного/письменного выполнения практических заданий.

4.2. Материалы текущего контроля успеваемости.

Полный перечень материалов текущего контроля находится на кафедре психологии

**Типовые темы для подготовки эссе**

**по теме 1.1. Общие положения психологии адаптации**

1. Особенности моей социально-психологической адаптации в Вузе.
2. Мои ожидания от обучения в ВУЗе.
3. Система взаимоотношений в моей студенческой группе.
4. Возникающие у меня трудности в ходе социально-психологической адаптации в Вузе.
5. Мои стратегии повышения социально-психологической адаптации.

**Типовые практические задания**

**по теме 1.2 Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника к образовательной среде вуза**

Задание 1. Заполните таблицу и выберите характерную Вам, проанализируйте ее привлекательность для Вас.

Стратегии поведения	Характеристика
Конфронтация	
Дистанцирование	
Самоконтроль	
Поиск социальной поддержки	
Принятие ответственности	

<b>Бегство-избегание</b>	
<b>Планирование решения проблемы</b>	
<b>Положительная переоценка</b>	

Задание 2. Заполните таблицу и выберите характерные Вам, проанализируйте степень затруднения и возможные причины.

<b>Трудности социально-психологической адаптации</b>	<b>Способы совладания с трудностями</b>
Низкое количество контактов в группе	
Трудности в общении с преподавателями	
Желание вернуться домой	
Трудности управления своим временем	

#### 4.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации.

4.3.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Показатели и критерии оценивания компетенций с учетом их формирования.

Таблица 5

Код компетенции	Наименование компетенции	Код этапа освоения компетенции	Наименование этапа освоения компетенции
УК ОС – 6	Способность выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК ОС – 6.1	Способность к самоорганизации и саморазвитию в течение всей жизни на основе общефилософских принципов

Таблица 6

Этап освоения компетенции	Показатель оценивания	Критерий оценивания
УК ОС-6.3 Способность к самоорганизации и саморазвитию в течение всей жизни на основе общефилософских принципов	Владеет содержанием и особенностями процессов самоорганизации и самообразования. Применяет приемы саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.	Продемонстрировано владение содержанием и особенностями процессов самоорганизации и самообразования. Продемонстрировано владение способами саморегуляции эмоциональных и функциональных

	<p>Самостоятельно строит процесс овладения психологической информацией, отобранной и структурированной для выполнения учебных задач. Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний. и навыков. Владеет технологиями и приемами целеполагания во временной перспективе, способами планирования, организации, самоконтроля и самооценки деятельности.</p>	<p>состояний. Продemonстрировано владение психологической информацией, отобранной и структурированной для выполнения учебных задач. Сформирован интерес к учебе. Продemonстрировано владение приемами организации собственной познавательной деятельности, осознавая перспективы профессионального развития.</p>
--	--	--

#### 4.3.2 Типовые оценочные средства.

Полный перечень материалов для промежуточной аттестации находится на кафедре психологии

#### Типовые вопросы для подготовки к зачету

1. Что такое «социально-психологическая адаптация»?
2. Какие стадии имеет социально-психологическая адаптация?
3. Какие факторы влияют на социально-психологическую адаптацию студентов в Вузе?
4. Как понимается процесс адаптации в различных психологических направлениях?
5. Адаптация на микро-, мезо- и макроуровнях социальной среды.
6. Каковы механизмы социально-психологической адаптации?
7. Какова взаимосвязь психологических защит и социально-психологической адаптации?
8. Какие стратегии поведения в адаптационном процессе существуют?
9. Каковы способы регуляции психофизиологического адаптационного состояния?
10. Каковы условия формирования индивидуального стиля социально-психологической адаптации?

#### Шкала оценивания

Таблица 7.

Зачет	Критерии оценки
не зачтено	<p>Не продемонстрировано владение содержанием и особенностями процессов самоорганизации и самообразования. Не продемонстрировано владение способами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Не продемонстрировано владение психологической информацией, отобранной и структурированной для выполнения учебных задач. Не сформирован интерес к учебе. Не продемонстрировано владение приемами организации собственной познавательной деятельности, осознавая перспективы профессионального развития.</p>



зачтено	<p>Продemonстрировано владение содержанием и особенностями процессов самоорганизации и самообразования. Продemonстрировано владение способами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.</p> <p>Продemonстрировано владение психологической информацией, отобранной и структурированной для выполнения учебных задач. Сформирован интерес к учебе. Продemonстрировано владение приемами организации собственной познавательной деятельности, осознавая перспективы профессионального развития.</p>
---------	---

#### 4.4. Методические материалы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа» проводится в форме устного (или письменного) зачета.

Зачет включают ответы на теоретические вопросы и выполнение практических заданий. Ответы на теоретические вопросы могут даваться в устной или письменной форме. Выполнение практических заданий проводится в устной/письменной форме.

Для получения положительной оценки достаточно изучить рекомендуемую основную литературу, а также усвоить умения и навыки в ходе контактной работы с преподавателем путем опроса и выполнения различных практических заданий.

Студент при подготовке к ответу по билету формулирует ответ на вопрос, а также выполняет задание (письменно либо устно, в зависимости от содержания задания).

При ответе студент должен полно и аргументировано ответить на вопрос билета, демонстрируя знания либо умения в его рамках.

#### 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Изучение дисциплины «Социально-психологическая адаптация первокурсников к образовательной среде ВУЗа» состоит в последовательном освоении 1 раздела «Введение в психологию адаптации». В первой теме 1.1 «Общие положения психологии адаптации» рассматривается понятие «адаптация», «социально-психологическая адаптация», различные подходы к структуре и стадиям адаптации. Студенту рекомендуется изучить соответствующую литературу по данному разделу, сделать конспект, в котором отражаются ключевые моменты темы. Во второй теме 1.2 «Формы адаптации и стратегии поведения первокурсника в образовательной среде вуза» рассматриваются вопросы, связанные с трудностями социально-психологической адаптации студента к новым условиям обучения в Вузе. Изучение данного раздела позволит студенту проанализировать возникающие трудности, познакомиться с различными стратегиями совладания с ними, приобрести навыки самоорганизации.

При подготовке к практическим занятиям необходимо особое внимание уделять качеству усвоения теоретического материала, пониманию определений, положений различных подходов и т.д. При необходимости вынести вопросы, вызывающие затруднение, на групповое обсуждение и получить необходимые разъяснения от преподавателя. Студентам задается домашнее задание, которое необходимо выполнять регулярно.

#### Методические рекомендации по подготовке к устному опросу.

Устные опросы на занятиях проводятся систематически, что способствует систематизации и более глубокого усвоения пройденного материала. В качестве домашнего задания студенту предлагается ответить на вопросы в устной или письменной

форме. Для этого необходимо ознакомиться с рекомендуемой литературой по теме, выделить ключевые моменты (определения, классификации т.п.), возможно сделать конспект учебного материала.

### **Методические рекомендации по выполнению практических заданий.**

Выполнение практических заданий следует начинать с повторения теоретических материалов лекции на соответствующую тему, а также изучить дополнительную литературу по теме, рекомендованную преподавателем. Затем необходимо внимательно изучить формулировку задания, для того чтобы выполнить его наиболее точно и полно. По окончании выполнения практического задания необходимо кратко обозначить возникшие у студента трудности при выполнении задания и способы совладания с ними.

Итогом практических заданий является вывод о полученных результатах (где и каким образом можно использовать результаты в профессиональной деятельности психолога).

### **Краткие методические указания по подготовке эссе**

В целях раскрытия и развития творческих способностей, совершенствования организации научно-исследовательской работы студентов, дальнейшего развития учебного процесса студенты пишут эссе. Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных умозаключений. Эссе должно содержать чёткое изложение сути поставленной проблемы, включать самостоятельно проведенный анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария дисциплины, выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме (рекомендуемый объём эссе – 10 тысяч знаков).

## **6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

### **6.1.Список основной литературы**

1. Богдан, Н. Н. Технология успеха : учеб. пособие для студентов всех форм и технологий обучения / Н. Н. Богдан, Т. В. Климова, Э. Н. Климова ; Рос. акад. нар. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, Сиб. ин-т упр. - Новосибирск : Изд-во СибАГС, 2013. - 113 с. – То же [Электронный ресурс]. – Доступ из Б-ки электрон. изд. / Сиб. Ин-т упр. - филиал РАНХиГС. – Режим доступа : <http://siu.ranepa.ru>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
2. Волынская, Е. В. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. В. Волынская. - Электрон. дан. — Москва : Флинта, 2012. - 165 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=103494>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
3. Организация учебной деятельности студентов [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Т. И. Ахмедова [и др.]. - Электрон. дан. – Москва : Российский государственный университет правосудия, 2011. - 312 с. - Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/5776>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
4. Субботина, Л. Г. Психологическая адаптация к условиям образовательной среды [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л. Г. Субботина - Электрон. дан. — Кемерово : КеМГУ, 2014. - 160 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=278525>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

## 6.2. Список дополнительной литературы

1. Методы диагностики социально-психологической адаптивности [Электронный ресурс] : учеб.-практ. пособие / сост. В. Н. Клейменов, И. Г. Шалагинова. — Электрон. дан. — Калининград : Балт. федер. ун-т им. И. Канта, 2007. — 22 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/23801>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
2. Налчаджян, А. А. Атрибуция, диссонанс и социальное познание [Электронный ресурс]: монография / А. А. Налчаджян. — Электрон. дан. — Москва : Когито-Центр, 2006. — 415 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/3853>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
3. Проектирование и организация самостоятельной работы студентов в контексте компетентностного подхода [Электронный ресурс] : межвузовский сборник научных трудов / под ред. А. А. Орлова. - 2-е изд., стер. – Электрон. дан. - Москва : Директ-Медиа, 2014. - Вып. 1. - 229 с. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. – Режим доступа : [https://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_red&id=231580&sr=1](https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&id=231580&sr=1), требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016) – Загл с экрана.
4. Рудкова, С. Г. Сопровождение процесса адаптации студентов младших курсов вуза [Электронный ресурс] / С. Г. Рудкова // Психология обучения. – Электрон. журн. - 2011. - № 8. – С. 58-66. - Доступ из Унив. б-ки ONLINE. - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=209636>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.
5. Создание условий для адаптации первокурсников к учебному процессу в высшей школе [Электронный ресурс] : материалы V город. междунар. семинара. - Электрон. дан — Новосибирск : НГАУ, 2011. - 41 с. - Доступ из ЭБС «Унив. б-ка ONLINE». - Режим доступа : <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=230494>, требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

## 6.3. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы.

1. Войтик, И. М. Психология : учеб. пособие для всех форм обучения по направлениям подгот. : 081100.62 - Гос. и муницип. упр., 080400.62 - Упр. персоналом / И. М. Войтик ; Рос. акад. нар. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, Сиб. ин-т упр. - Новосибирск : Изд-во СибАГС, 2012. - 242 с. – То же [Электронный ресурс]. – Доступ из Б-ки электрон. изд. / Сиб. Ин-т упр. - филиал РАНХиГС. – Режим доступа : [http://siu.ranepa.ru/UMM\\_1/3154/Psy\\_UP\\_12.pdf](http://siu.ranepa.ru/UMM_1/3154/Psy_UP_12.pdf), требуется авторизация (дата обращения : 10.08.2016). – Загл. с экрана.

## 6.4. Нормативные правовые документы.

Не используется

## 6.5 Интернет-ресурсы.

1. <http://www.koob.ru/> Электронная библиотека
2. <http://znanium.com/> Электронно-библиотечная система
3. <http://psihologoman.narod.ru/> Психология
4. <http://www.psychology.su/> Журнал «Психология»
5. <http://zhurnal-razvitie.ru/> Интернет-журнал «Развитие»
6. <http://www.ipras.ru/> Институт психологии РАН
7. <http://www.voppsy.ru/news.htm>. Журнал «Вопросы психологии»

8. <http://www.biblioclub.ru/catalog/129/> Классические научные труды по психологии
9. [http://dic.academic.ru/contents.nsf/enc\\_psychology/](http://dic.academic.ru/contents.nsf/enc_psychology/) Психологическая энциклопедия
10. <http://www.psyedu.ru/> Электронное периодическое издание «Психологическая наука и образование»

## 6.6. Иные источники.

Иные источники не используются

## 7. Материально – техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

### Программное обеспечение

1. Единая электронная справочно-правовая система «Консультант Плюс»
2. Единая электронная справочно-правовая система «Гарант»
3. СДО «Прометей»
4. Офисный пакет Microsoft Office.
5. Интернет браузеры (Opera, Google Chrome).
6. Программы просмотра видео (Windows Media Player).

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
<i>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа</i>	экран, компьютер с подключением к локальной сети института, и выходом в Интернет, звуковой усилитель, антиподаватель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна настольная, доска аудиторная
<i>Лаборатория личностного и профессионального развития</i>	компьютер с подключением к локальной сети института и выходом в Интернет, телевизор, колонки, DVD-проигрыватель, 2 музыкальных центра, видеокамера, 2 видеомagneтофона, методические материалы (тесты, методики и т.п.), столы письменные, стулья, шкаф, трибуна настольная, стеллаж, доска аудиторная, ковровое покрытие; стекло для одностороннего просмотра для проведения фокус-групп
<i>Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа</i>	столы аудиторные, стулья, трибуна, доска аудиторная
<i>Аудитория для самостоятельной работы обучающихся. Центр Интернет-ресурсов</i>	компьютеры с подключением к локальной сети института (включая правовые системы) и Интернет, столы аудиторные, стулья, доски аудиторные
<i>Центр интернет-ресурсов</i>	компьютеры с выходом в Интернет, автоматизированную библиотечную информационную систему и электронные библиотечные системы: «Университетская библиотека ONLINE», «Электронно-библиотечная система издательства ЛАНЬ», «Электронно-библиотечная система издательства «Юрайт», «Электронно-библиотечная система IPRbooks», «Университетская Информационная Система РОССИЯ», «Электронная библиотека диссертаций РГБ», «Научная электронная

	библиотека eLIBRARY», «EBSCO», «SAGE Premier». Система федеральных образовательных порталов «Экономика. Социология. Менеджмент», «Юридическая Россия», Сервер органов государственной власти РФ, Сайт Сибирского Федерального округа и др. Экран, компьютер с подключением к локальной сети филиала и выходом в Интернет, звуковой усилитель, мультимедийный проектор, столы аудиторные, стулья, трибуна, доска аудиторная. Наборы виртуального демонстрационного оборудования, наглядные учебные пособия.
<i>Библиотека (имеющая места для обучающихся, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет</i>	компьютеры с подключением к локальной сети филиала и Интернет, Wi-Fi, столы аудиторные, стулья.