

Министерство образования Омской области
бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области
«Омский педагогический колледж № 1»

Рабочая программа учебной дисциплины

ОП.12 Тренинг личностного роста

по специальности

44.02.01 Дошкольное образование

Омск, 2026 г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.12 Тренинг личностного роста** разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 44.02.01 Дошкольное образование, утвержденного приказом Минпросвещения России от 17 августа 2022 г. № 743.

Организация-разработчик: бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области «Омский педагогический колледж № 1» (далее – БПОУ «ОПК № 1»)

Разработчик:

Шуховцова Елена Дмитриевна, преподаватель БПОУ «ОПК № 1»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.12 Тренинг личностного роста» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ПК 5.1, ПК 5.2.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина «ОП.12 Тренинг личностного роста» является вариативной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 44.02.01 Дошкольное образование.

1.3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК.04, ПК 5.1, ПК 5.2.	- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; определять необходимые ресурсы; - определять задачи для поиска информации; - определять необходимые источники информации; - планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; - выделять наиболее значимое в перечне информации; - оценивать практическую значимость результатов поиска;	- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; - приемы структурирования информации; - формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; - содержание актуальной нормативно-правовой документации; - современная научная и профессиональная терминология;

- определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; - применять современную научную профессиональную терминологию; - определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; - организовывать работу коллектива и команды; - взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; - формулировать педагогическую задачу на основе анализа проблемной ситуации и конкретных условий; - находить варианты решения педагогической задачи на основе оценки предполагаемой эффективности; - выбирать оптимальный вариант решения проблемной ситуации, аргументировать свой выбор; - определять критерии, по которым возможно судить о достигнутых результатах в процессе решения проблемной ситуации; - определять и выбирать методы и приёмы оказания педагогической поддержки семьям разных категорий, обосновывать свой выбор;	- возможные траектории профессионального развития и самообразования; - психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; - основы проектной деятельности; – сущность понятий «взаимодействие», «сотрудничество», «партнерство»; – цель, задачи взаимодействия ДОО и семьи; принципы организации взаимодействия ДОО и семьи; – понятие «социальное партнерство», законодательная основа социального партнерства; – характеристику основных направлений взаимодействия педагогического коллектива с родителями (законными представителями) в том числе в условиях инклюзивного образования; – правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики в процессе взаимодействия с родителями (законными представителями); – понятие «корпоративная культура взаимодействия», компоненты корпоративной культуры взаимодействия педагогов ДОО, стратегия формирования корпоративной культуры педагогов; – формы, методы и приёмы взаимодействия сотрудников образовательной организации работающих с группой детей.
---	--

Общие компетенции:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения

задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ПК 5.1. Планировать и организовывать взаимодействие с родителями (законными представителями), проводить его в различных организационных формах, в том числе для их психолого-педагогического просвещения.

ПК 5.2. Организовывать взаимодействие и сотрудничество с педагогическими работниками ДОО и другими специалистами в решении педагогических задач.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	38
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	34
в том числе:	
лекции	2
практические занятия	32
в т.ч. в форме практической подготовки	22
Самостоятельная работа студента (всего)	2
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	2

2.1.2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	38
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	10
в том числе:	
лекции	
практические занятия	10
в т.ч. в форме практической подготовки	6
Самостоятельная работа студента (всего)	26
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	2

2.2.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины (очная форма обучения)

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы проведения тренинга личностного роста		38/22	
Тема 1.1 Тренинг как метод преднамеренных изменений	Содержание	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 03
	Понятие психологического тренинга. История возникновения. Виды и цели тренингов. Тренинг личностного роста. Понятие личностного роста и развития. Преимущества групповой работы.	1	
Тема 1.2 Организация и проведение тренинга личностного роста	Содержание	35/22	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ПК 5.1, ПК 5.2
	Пространственная и временная организация тренингов личностного роста. Деятельность ведущего и общие принципы работы ведущего с группой. Процедуры и правила работы группы тренинга личностного роста. Тренинговые упражнения и их виды. Структура занятия. Логика конструирования.	1	
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	32	
	Практическое занятие 1. Организация знакомства в группе. Подготовка самопрезентации.	2	
	Практическое занятие 2. Разработка правил групповой работы.	2	
	Практическое занятие 3. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на знакомство в группе и работу с именем.	2	
	Практическое занятие 4. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на сплочение группы.	2	
	Практическое занятие 5. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на повышение чувствительности, получение нового сенсорного опыта	2	

	Практическое занятие 6. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на развитие умений конструктивно выражать чувства и эмоции.	2	
	Практическое занятие 7. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на развитие навыков вербального и невербального общения.	2	
	Практическое занятие 8. (практическая подготовка) Организация и проведение арттерапевтических упражнений.	2	
	Практическое занятие 9. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений для получения обратной связи для участников/ведущего.	2	
	Практическое занятие 10. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на снятие напряжения.	2	
	Практическое занятие 11. (практическая подготовка) Выступление с презентацией: «Деятельность и имидж ведущего тренинга».	4	
	Практическое занятие 12. (практическая подготовка) Составление рекомендаций для ведущего «Способы работы с «трудными» участниками».	2	
	Практическое занятие 13. (практическая подготовка) Разработка программы занятия «Тренинг личностного роста».	2	
	Практическое занятие 14. Презентация программы занятия «Тренинг личностного роста».	4	
	В том числе самостоятельная работа студента	2	
	Составить ситуационные задачи по теме: «Способы работы с «трудными» участниками». Оформить программу занятия «Тренинг личностного роста» и подготовиться к его защите. Подготовить презентацию «Деятельность и имидж ведущего тренинга». Составить эссе «Актуальность изучения дисциплины для моей будущей профессии».	2	
Промежуточная аттестация		2	
Всего		38/22	

2.2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины (заочная форма обучения)

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Теоретические и организационно-методические основы проведения тренинга личностного роста		34/6	
Тема 1.1 Тренинг как метод преднамеренных изменений	Содержание	1/-	ОК 01, ОК 02, ОК 03
	В том числе самостоятельная работа студента	1	
	Понятие психологического тренинга. История возникновения. Виды и цели тренингов. Тренинг личностного роста. Понятие личностного роста и развития. Преимущества групповой работы.	1	
Тема 1.2 Организация и проведение тренинга личностного роста	Содержание	33/6	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ПК 5.1, ПК 5.2.
	В том числе самостоятельная работа студента	23	
	Пространственная и временная организация тренингов личностного роста. Деятельность ведущего и общие принципы работы ведущего с группой. Процедуры и правила работы группы тренинга личностного роста. Тренинговые упражнения и их виды. Структура занятия. Логика конструирования. Организация и проведение арттерапевтических упражнений. Организация и проведение упражнений на снятие напряжения. Деятельность и имидж ведущего тренинга. Способы работы с «трудными» участниками. Разработка программы занятия «Тренинг личностного роста». Составить ситуационные задачи по теме: «Способы работы с «трудными» участниками». Оформить программу занятия «Тренинг личностного роста» и подготовиться к его защите. Подготовить презентацию «Деятельность и имидж ведущего тренинга».	23	

	Составить эссе «Актуальность изучения дисциплины для моей будущей профессии».		
	В том числе практические занятия и лабораторные работы	10	
	Практическое занятие 1. Организация знакомства в группе. Подготовка самопрезентации.	1	
	Практическое занятие 2. Разработка правил групповой работы.	1	
	Практическое занятие 3. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на знакомство в группе и работу с именем.	1	
	Практическое занятие 4. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на сплочение группы.	1	
	Практическое занятие 5. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на повышение чувствительности, получение нового сенсорного опыта	1	
	Практическое занятие 6. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на развитие умений конструктивно выражать чувства и эмоции.	1	
	Практическое занятие 7. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений на развитие навыков вербального и невербального общения.	1	
	Практическое занятие 8. (практическая подготовка) Организация и проведение упражнений для получения обратной связи для участников/ведущего.	1	
	Практическое занятие 9. Презентация программы занятия «Тренинг личностного роста».	2	
Промежуточная аттестация		2	
Всего		36/6	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета Педагогики и психологии.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя;
- аудиторная доска для письма.

Технические средства обучения:

- интерактивная доска;
- устройства вывода звуковой информации: звуковые колонки.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные печатные и электронные издания

1. Вараксин, В. Н. Психолого-педагогический практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Н. Вараксин, Е. В. Казанцева. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2023. — 239 с.

2. Кандаурова, А. В. Основы педагогического мастерства : формирование педагогического стиля : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. В. Кандаурова, Н. Н. Суртаева ; под редакцией Н. Н. Суртаевой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2022. — 255 с.

3. Маслова, Т. А. Этика педагогического общения: учебное пособие для СПО / Т. А. Маслова, С. И. Маслов. — Саратов: Профобразование, 2019. — 132 с. — ISBN 978-5-4488-0300-0. — Текст: электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/85788>

4. Якушева, С.Д. Основы педагогического мастерства : учебник для СПО / С.Д. Якушев. - 9-е изд., стер. - Москва : Академия, 2023. - 256 с.

Дополнительные источники

1. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками / А.Г. Грецов; - СПб.,2008. – 368 с.

2. Леванова Е.А. Игра в тренинге / Е.А. Леванова; - СПб.,2008. – 208 с.

3. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения / Г.И. Макарычева; - СПб.,2008. – 192 с.

4. Обухова, Л. Ф. Психология развития. Исследование ребенка от рождения до школы : учебное пособие для среднего профессионального

образования / Л. Ф. Обухова. — Москва : Юрайт, 2022. — 275 с. — (Серия : Профессиональное образование).

5. Чуричков А., Снегирев В. Копилка для тренера: сборник разминок, необходимых в любом тренинге / СПб, 2007. — 208 с.

6. Шевцова И.В. Упражнения и рекомендации для тренинга личностного роста / СПб., 2016. — 192 с.

Интернет ресурсы

<http://mon.gov.ru> - Официальный сайт Министерства Образования и Науки РФ

<http://do.isirao.ru> - Дошкольное образование. Институт стратегических исследований в образовании Российской академии образования

<http://www.c-psy.ru/> - Комплексная служба психолого-педагогического и социального сопровождения

<http://dob.1september.ru> – Газета «Дошкольное образование»

<http://www.fpo.ru> – Факультет психологии МГППУ

<http://www.obruch.ru> – журнал «Обруч». Иллюстрированный научно - популярный журнал для руководителей всех уровней, методистов, воспитателей детских садов, учителей начальной школы и родителей

3.3. Методическое обеспечение

Изучение теоретического материала учебной дисциплины предполагает использование на учебных занятиях учебников, учебных пособий, опорных схем, таблиц.

После изучения теоретического материала в каждом разделе предполагаются практические занятия. Практические занятия проводятся в форме подгруппового и группового выполнения практических заданий, самодиагностики с использованием наборов психолого-педагогических задач.

В рамках учебных занятий предусматривается практическая подготовка:

приёмы самопрезентации

приемы улучшения памяти;

приемы проектирования программы занятия «Тренинг личностного роста»

приемы исследовательской деятельности.

После изучения теоретического материала в каждом разделе предполагаются практические занятия. Практические занятия проводятся в форме индивидуального и группового выполнения практических заданий, самодиагностики с использованием наборов психолого-педагогических задач, диагностических методик.

Успешное освоение содержания программы учебной дисциплины обеспечивается с помощью:

- технологии групповой работы,
- технологии коллективного способа обучения,
- технологии развития критического мышления через чтение и письмо,
- технологии решения конкретных ситуаций,
- технологии рефлексивного обучения,
- ИКТ,
- здоровьесберегающих технологий.
- методов активного обучения.

В процессе обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидностью педагог, при необходимости, адаптирует условия преподавания дисциплины в соответствии с их индивидуальными особенностями и возможностями. Для конкретного обучающегося с определённой нозологией разрабатывается дополнительный раздаточный материал, адаптируются задания и критерии их оценки, применяются специальные методы, приёмы, формы и средства обучения.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составлять план действия; определять необходимые ресурсы; - определять задачи для поиска информации; - определять необходимые источники информации; - планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; - выделять наиболее значимое в перечне информации; - оценивать практическую значимость результатов поиска; - определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; - применять современную научную профессиональную терминологию; - определять и выстраивать траектории профессионального	- распознаёт задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; - анализирует задачу и/или проблему и выделять её составные части; - определяет этапы решения задачи; выявляет и эффективно находит информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; - составляет план действия; определяет необходимые ресурсы; - определяет задачи для поиска информации; - определяет необходимые источники информации; - планирует процесс поиска; структурирует получаемую информацию; - выделяет наиболее значимое в перечне информации; - оценивает практическую значимость результатов поиска; - определяет актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; - применяет современную научную профессиональную терминологию; - определяет и выстраивает траектории профессионального развития и самообразования; - формулирует педагогическую задачу на основе анализа проблемной ситуации и конкретных условий;	Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы; Оценка ответов в устной/письменной форме; Дифференцированный зачёт

развития и самообразования; - формулировать педагогическую задачу на основе анализа проблемной ситуации и конкретных условий; - находить варианты решения педагогической задачи на основе оценки предполагаемой эффективности; - выбирать оптимальный вариант решения проблемной ситуации, аргументировать свой выбор; - определять критерии, по которым возможно судить о достигнутых результатах в процессе решения проблемной ситуации; - определять и выбирать методы и приёмы оказания педагогической поддержки семьям разных категорий, обосновывать свой выбор;	- находит варианты решения педагогической задачи на основе оценки предполагаемой эффективности; - выбирает оптимальный вариант решения проблемной ситуации, аргументирует свой выбор; - определяет критерии, по которым возможно судить о достигнутых результатах в процессе решения проблемной ситуации; - определяет и выбирает методы и приёмы оказания педагогической поддержки семьям разных категорий, обосновывает свой выбор	
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - номенклатура информационных источников, применяемых в	- знает актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; - перечисляет основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; - называет алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; - владеет номенклатурой информационных источников, применяемых в	Экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы; Оценка ответов в устной/письменной форме; Дифференцированный зачёт

профессиональной деятельности; - приемы структурирования информации; - формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; - содержание актуальной нормативно-правовой документации; - современная научная и профессиональная терминология; - возможные траектории профессионального развития и самообразования; – сущность понятий «взаимодействие», «сотрудничество», «партнерство»; – цель, задачи взаимодействия ДОО и семьи; принципы организации взаимодействия ДОО и семьи; – понятие «социальное партнерство», законодательная основа социального партнерства; – характеристику основных направлений взаимодействия педагогического коллектива с родителями (законными представителями) в том числе в условиях инклюзивного образования; – правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики в процессе взаимодействия с	профессиональной деятельности; - знает приемы структурирования информации; - знает формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; - владеет содержанием актуальной нормативно-правовой документации; - знает современную научную и профессиональную терминологию; - называет возможные траектории профессионального развития и самообразования; – знает сущность понятий «взаимодействие», «сотрудничество», «партнерство»; – называет цель, задачи взаимодействия ДОО и семьи; принципы организации взаимодействия ДОО и семьи; – владеет понятием «социальное партнерство», знает законодательную основу социального партнерства; – даёт характеристику основных направлений взаимодействия педагогического коллектива с родителями (законными представителями) в том числе в условиях инклюзивного образования; – называет правовые, нравственные и этические нормы, требования профессиональной этики в процессе взаимодействия с родителями (законными представителями);	
---	---	--

родителями (законными представителями); – понятие «корпоративная культура взаимодействия», компоненты корпоративной культуры взаимодействия педагогов ДОО, стратегия формирования корпоративной культуры педагогов; формы, методы и приёмы взаимодействия сотрудников образовательной организации работающих с группой детей.	– знает понятие «корпоративная культура взаимодействия», компоненты корпоративной культуры взаимодействия педагогов ДОО, стратегия формирования корпоративной культуры педагогов; - называет формы, методы и приёмы взаимодействия сотрудников образовательной организации работающих с группой детей.	
--	--	--