



**ПРОЕКТНЫЙ
ИНТЕНСИВ**



**КОМФОРТНОЕ
СУДНО**



Есть в психологии такое понятие – эмоциональное выгорание. Оно наступает тогда, когда люди, отдавая работе все силы, в итоге устают не только физически, но и морально. Спасти здесь может только грамотный, своевременный отдых, домашний уют, различные культурные и спортивные мероприятия, в хорошем смысле отвлекающие от рабочих задач и проблем. А если с работы ни вечером, ни в выходные уйти нельзя? Ведь у моряков именно так – и досуг, и отдых, и работа происходят в пределах длины и ширины судна вдали от родных и близких.

Участникам интенсива предлагается выявить факторы, влияющие на комфортное бытие моряков на борту судна, и найти креативные нестандартные решения проблемы их полноценного релакса.



Федеральное агентство по рыболовству
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Калининградский государственный технический университет»
(ФГБОУ ВО «КГТУ»)

Морской институт

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор Морского института
Ермаков С.В.

«05» ноября 2023 г.



ПРОГРАММА ПРОЕКТНОГО ИНТЕНСИВА

(для школьников)

«КОМФОРТНОЕ СУДНО»

Трудоемкость – 20 ч.

Составитель:

директор Морского института
БГАРФ ФГБОУ ВО «КГТУ»,
кандидат технических наук

Ермаков Сергей Владимирович

г. Калининград, 2023

Место проведения:	Балтийская государственная академия рыбопромыслового флота ФГБОУ ВО «Калининградский государственный технический университет»
Количество часов:	20 часов (9 дней по 2 часа, 1 день 4 часа)
Количество слушателей в группе:	12 - 15
Контингент слушателей:	9 - 11 классы
Периодичность:	в течение учебного года
Руководитель интенсива:	Ермаков Сергей Владимирович
Цели интенсива:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ приобретение первичных навыков проектно-исследовательской деятельности ✓ знакомство с профессиональной средой современного судоводителя ✓ обоснование методологических основ предупреждения и купирования эмоционального выгорания членов экипажа морского судна
Задачи интенсива:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ознакомить обучающихся с основами проектно-исследовательской деятельности ✓ ознакомить обучающихся с профессиональной средой судоводителя ✓ изучить социально-психологические аспекты работы судоводителя ✓ изучить феномен эмоционального выгорания (его проявления как в жизни, так и в профессиональной деятельности) ✓ обосновать предложения по внедрению новых или совершенствования существующих методов, способов и инструментов релаксации на морских судах ✓ разработать концепцию методического руководства по релаксации членов экипажей морских судов во время рейса ✓ обосновать рекомендации по совершенствованию системы обеспечения морских судов широкополосным доступом в интернет

По окончании интенсива обучающийся должен

знать:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ основы, принципы и терминологию научно-проектной деятельности ✓ составляющие профессиональной среды судоводителя и психологические аспекты его деятельности ✓ содержание феномена эмоционального выгорания ✓ методы, способы и средства психологической разгрузки, используемые на морских судах ✓ принципы обеспечения морских судов широкополосным доступом в интернет
уметь:	<ul style="list-style-type: none"> ✓ планировать и проводить исследования ✓ генерировать и анализировать идеи при решении нестандартных задач ✓ представлять и защищать результаты исследования

ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ИНТЕНСИВА

Этап	Кол-во часов	Содержание	Примечания, комментарии
А-1	2,0	Основы проектно-исследовательской деятельности. Участники интенсива знакомятся с основными принципами и этапами проектно-исследовательской деятельности, учатся ориентироваться в методах исследования, определять объект и предмет исследования, формулировать цели и задачи исследования, обосновывать его актуальность, оформлять (фиксировать и документировать) процесс и результаты научно-проектной деятельности.	Требуется мультимедийное оборудование
Б-2	1,0	Профессиональная среда судоводителя. Знания, умения, ответственность.	
В-2	1,0	Профессиональная среда судоводителя. Заработная плата, режим работы, перспективы личного и профессионального роста.	
Г-3	2,0	Социально-психологические аспекты работы судоводителя. Психологическая культура. Психологические проблемы безопасности. Психологические факторы труда моряков. Надежность профессиональной деятельности. Эмоциональное благополучие. Личностная тревожность. Нейротизм.	
Д-4	1,0	Синдром эмоционального выгорания. Понятие об эмоциональном выгорании. Факторы, приводящие к эмоциональному выгоранию. Внутренние и внешние последствия эмоционального выгорания. Общепринятые способы противодействия эмоциональному выгоранию.	
Е-4	1,0	Самооценка эмоционального выгорания. Использование методики ЭПД – «Эмоциональные переживания в профессиональной деятельности» - для прогнозирования эмоционального выгорания.	Тестирование
Ж-4	ДЗ ¹	<i>Участники интенсива самостоятельно осуществляют поиск и анализ информации, касающейся психологической усталости во время рейса.</i>	—
З-5	2,0	Релаксация на современных судах. Анализ существующих организованных и лично-индивидуальных методов, способов, инструментов проведения на судах досуга, снятия психологического напряжения. Обоснование предложений по внедрению новых или совершенствования существующих методов, способов и инструментов релаксации (психологической разгрузки, снятия усталости).	Требуется мультимедийное оборудование. Метод мозгового штурма

¹ Домашнее задание, которое необходимо выполнить к следующему дню интенсива с целью развития и индивидуализации проекта

Этап	Кол-во часов	Содержание	Примечания, комментарии
И-5	ДЗ	<i>Участники интенсива оформляют результаты исследования, полученные на пятом дне интенсива, принимая во внимание и обосновывая своё собственное (особое) мнение.</i>	—
К-6	2,0	Методическое руководство по релаксации членов экипажей морских судов во время рейса. Учитывая ранее проведённое в рамках интенсива исследования участники создают собственное (индивидуально-коллективное) методическое руководство, которое можно предложить для рассмотрения Международной морской организации в целях его дальнейшего использования в судоходных компаниях.	Метод мозгового штурма
Л-6	ДЗ	<i>Участники интенсива результаты исследования, полученные на шестом дне интенсива, принимая во внимание и обосновывая своё собственное (особое) мнение.</i>	—
М-6	ДЗ	<i>Участникам интенсива необходимо с использованием доступных ресурсов самостоятельно собрать информацию об обеспечении современных судов интернетом .</i>	—
Н-7	2,0	Интернет – как важная составляющая современного комфортного судна Участникам интенсива необходимо исследовать степень необходимости в обеспечении интернетом морских судов, находящихся в рейсе, существующие технических средств, способов, нормативно-правовых, организационных аспектов и проблем этого обеспечения; обосновать рекомендации по совершенствованию системы обеспечения морских судов широкополосным доступом в интернет.	Дискуссия
О-7	ДЗ	<i>Участники интенсива оформляют результаты исследования, полученные на седьмом дне интенсива, принимая во внимание и обосновывая своё собственное (особое) мнение.</i>	—
П-8	2,0	Как представить гениальное красиво. Принципы оформления и структура пояснительной записки и презентации. Правила составления доклада. Язык доклада. [В привязке к результатам проведённого исследования].	Требуется мультимедийное оборудование
Р-8	ДЗ	<i>Участники интенсива обобщают результаты исследования, делают выводы, готовят доклад и презентацию.</i>	—
С-9	4,0	Защита проектов	Требуется мультимедийное оборудование