

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
«ГОЛЫШМАНОВСКИЙ АГРОПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГАПОУ ТО «Голышмановский агропедколледж»)**

Приложение №1 к АОППО по
профессии 16675 Повар,
19293 Укладчик-упаковщик

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
АД.01 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

2026г.

Рабочая программа АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение разработана на основе письма Минобрнауки России от 22.04.2015 № 06-443 «О направлении Методических рекомендаций» вместе с методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», (утв. Минобрнауки России 20.04.2015 №06-830вн), Федерального закона РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 02.07.2021 года), приказов Министерства образования и науки РФ: от 2 июля 2013 г. №513 "Об утверждении перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение" (с изменениями от 01.06.2021г.); квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и других служащих (утв. Постановлением Минтруда России от 21.08.1998 №37); приказа Министерства просвещения РФ от 26 августа 2020 г. №438 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения", единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих (ЕТКС), 2019, утвержденный Постановлением Минтруда РФ от 05.03.2004 N 30.

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Тюменской области «Голышмановский агропедагогический колледж»

Разработчики: Игнатова Людмила Григорьевна, преподаватель

Аннотация программы учебной дисциплины

АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение

Раздел: Адаптивный цикл

1. Нормативная база и УМК.

Рабочая программа АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение разработана на основе письма Минобрнауки России от 22.04.2015 № 06-443 «О направлении Методических рекомендаций» вместе с методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», (утв. Минобрнауки России 20.04.2015 №06-830вн), Федерального закона РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 02.07.2021 года), приказов Министерства образования и науки РФ: от 2 июля 2013 г. №513 "Об утверждении перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение" (с изменениями от 01.06.2021г.); квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и других служащих (утв. Постановлением Минтруда России от 21.08.1998 №37); приказа Министерства просвещения РФ от 26 августа 2020 г. №438 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения", единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих (ЕТКС), 2019, утвержденный Постановлением Минтруда РФ от 05.03.2004 N 30.

2. Цель и задачи учебной дисциплины.

Программа АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение направлена на достижение следующих целей и задач:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК.01-ОК.09	применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими; использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения; на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный,	- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения; - простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека; - современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией

	адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения; планировать и составлять временную перспективу своего будущего; успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;	требований к психологическим особенностям человека, его здоровью; - основные принципы и технологии выбора профессии; - методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.
--	---	--

3. Основные разделы дисциплины и количество часов на изучение дисциплины.

№	Основные разделы программы учебной дисциплины	Количество часов на изучение
1.	Раздел 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.	6
2.	Раздел 2. Проблемы выбора. Профессиональная непригодность. Технология выбора профессии.	6
3.	Раздел 3 Психологические аспекты делового общения Личностные регуляторы выбора профессии.	6
4.	Раздел 4 Понятие о личности, ее структуре. Психические процессы	2
5.	Раздел 5. Волевая регуляция деятельности человека.	6
6.	Раздел 6. Темперамент личности	6
7.	Раздел 7. Самопознание. Самовоспитание личности.	2
8.	Раздел 8. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека.	2
9.	Раздел 9. Особенности юношеского периода	6

4. Периодичность и формы текущего контроля, промежуточной аттестации и итоговой аттестации.

Промежуточная аттестация по дисциплине АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение проводится в форме дифференцированного зачета в четвертом семестре.

СОДЕРЖАНИЕ	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АД.01 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

Рабочая программа учебной дисциплины Психология личности и профессиональное самоопределение является частью основной программы профессионального обучения рабочих по профессии «Кухонный рабочий», «Укладчик-упаковщик», из числа выпускников специальной (коррекционной) образовательной школы 8 вида.

1.1. Место дисциплины в структуре программы:

Программа учебной дисциплины включена в адаптивный цикл профессиональной подготовки.

1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК.01- ОК.09	- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими; - использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения; - на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения; - планировать и составлять временную перспективу своего будущего; - успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;	- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения; - простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека; - современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью; - основные принципы и технологии выбора профессии; - методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	42
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	42
в том числе:	
теоретическое обучение	12
практические занятия	30
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета 4 семестр	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.	Содержание учебного материала Цель, задачи, содержание учебной дисциплины. Человек и профессия. Методы исследования человека в профессиональной деятельности. Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности	2	ОК.01-06
	Практические занятия №1 Прохождение теста для выявления начального уровня готовности обучающихся к профессиональному самоопределению.	4	ОК.01-06
Тема 2. Проблемы выбора. Профессиональная непригодность. Технология выбора профессии.	Содержание учебного материала Определение понятия «профессиональная непригодность». Определение понятия «профессионально важные качества». Степени профессиональной пригодности Технология выбора профессии. Выбор целей и средств их достижения на примере учебной жизни	2	ОК.01-06
	Практические занятия №2 Прохождение теста «Определение мотивации к трудовой деятельности»	4	ОК.01-06
Тема 3 Личностные регуляторы выбора профессии.	Содержание учебного материала Подходы к проблеме выбора профессии. Личностные характеристики как фактор выбора профессии. Самооценка как ведущий фактор выбора профессии	2	ОК.01-06
	Практические занятия №3 Проведение игры «Цепочка профессий» и «Цена риска»	4	ОК.01-06

Тема 4 Понятие о личности, ее структуре. Психические процессы	Содержание учебного материала Понятие и структура личности. Психические процессы, важные для профессионального самоопределения	2	ОК.01-06
Тема 5 Волевая регуляция деятельности человека.	Содержание учебного материала Структура волевой регуляции деятельности. Современное представление о волевых процессах личности. Расстройство волевых действий. Воспитание воли человека	2	ОК.01-06
	Практические занятия №4 Упражнение «Волевые свойства личности». Упражнение «Диагностика волевых процессов личности». Опросник «Какая у меня воля?». Характер как свойства личности. Акцентуации характера. Проведение индивидуального самоанализа «Мои черты характера» (Самодиагностика)	4	ОК.01-06
Тема 6 Темперамент личности	Содержание учебного материала Общее понятие о темпераменте. Типы темперамента и их психологическая характеристика Свойства темперамента: экстраверсия, интроверсия, пластичность	2	ОК.01-06
	Практические занятия №6 Определение типа темперамента по тесту Айзенка «Личностный опросник»	4	ОК.01-06
Тема 7 Самопознание. Самовоспитание личности.	Практические занятия №7 Определение уровня самооценки и притязаний личности. От самопознания к самовоспитанию. Самоанализ ради самовоспитания	2	ОК.01-06
Тема 8 Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека.	Практические занятия №8 Знакомство и работа с информационными буклетами, сайтами, справочниками «Моя будущая профессия»	2	ОК.01-06
Тема 9 Особенности юношеского	Практические занятия №9 Тест на «Определение индекса групповой сплочённости». Деловая игра «Малое предприятие».	4	ОК.01-06

периода			
	Дифференцированный зачет	2	
Всего:		42	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Охрана труда», библиотеки, читального зала с выходом в сеть Интернет.

Оборудование учебного кабинета:

~ посадочные места по количеству обучающихся;

~ рабочее место преподавателя;

~ учебно-методический комплекс;

~ наглядные пособия;

~ презентации и диафильмы;

~ плакаты;

~ доска;

~ софит.

~ Технические средства обучения:

~ компьютер;

~ проектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Основные источники:

1. Шеламова Г.М. Психология общения (3-е изд.) учеб. пособие- М.: ИЦ Лань, 2020.

2. Сахарчук Е.С. Психология делового общения Учебник, М: КНОРУС , 2020 г.

3.

3.3. Интернет-ресурсы:

1 Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» - <https://www.biblio-online.ru>

2 Электронно-библиотечная система «IPRbooks» - <http://www.iprbookshop.ru>

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения	Формы и методы контроля
---------------------	-------------------------

	и оценки результатов обучения
В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: - толерантно воспринимать и правильно оценивать людей, включая их индивидуальные характерологические особенности, цели, мотивы, намерения, состояния; - выбирать такие стиль, средства, приемы общения, которые бы с минимальными затратами приводили к намеченной цели общения; - находить пути преодоления конфликтных ситуаций, встречающихся как в пределах учебной жизни, так и вне ее; - ориентироваться в новых аспектах учебы и жизнедеятельности в условиях профессиональной организации, правильно оценивать сложившуюся ситуацию, действовать с ее учетом; - эффективно взаимодействовать в команде; - взаимодействовать со структурными подразделениями образовательной организации, с которыми обучающиеся входят в контакт; - ставить задачи профессионального и личностного развития; знать: - теоретические основы, структуру и содержание процесса деловой коммуникации; - методы и способы эффективного общения, проявляющиеся в выборе средств убеждения и оказании влияния на партнеров по общению; - приемы психологической защиты личности от негативных, травмирующих переживаний, способы адаптации; способы предупреждения конфликтов и выхода из конфликтных ситуаций; - правила активного стиля общения и успешной самопрезентации в деловой коммуникации.	Практическая работа № 1-9 Дифференцированный зачет

