

**Департамент образования и науки Тюменской области  
ГАПОУ ТО «Ишимский многопрофильный техникум»**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**АД.01 Психология личности и профессиональное  
самоопределение  
Профессии 16472 Пекарь, 13450 Маляр**

**2023 г.**

Рабочая программа учебной дисциплины АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение разработана на основе адаптированной программы профессионального обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по профессиям: 16472 Пекарь, 13450 Маляр с учетом Приказа Минобрнауки России от 22.04.2015 N 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 N 06-830вн).

Разработчик:

Колобылина Анна Анатольевна – заведующий центром инклюзивного образования  
ГАПОУ ТО «Ишимский многопрофильный техникум»

Рассмотрено на заседании ЦК

Протокол № 11

от « 26 » 06 2023 г.

Председатель ЦК Комлякова О.Н.

Утверждаю:

Зам. директора по УПР

ГАПОУ Тюменской области

«Ишимский многопрофильный техникум»

Н. В. Осипенко

« 30 » июня 2023 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Паспорт программы учебной дисциплины	4
2. Структура и примерное содержание учебной дисциплины	5
3. Условия реализации программы учебной дисциплины	11
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	13

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение**

### **1.1 Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины, разработанная на основе примерных учебных планов и программ профессионального обучения нескольких рабочих профессий 16472 Пекарь, 13450 Маляр строительный.

Программа может быть использована при профессиональной подготовке специалистов, не имеющих среднего (полного) общего образования.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная программа учебной дисциплины АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение входит в адаптационный цикл адаптированной программы профессионального обучения и социально-профессиональной адаптации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по профессиям 16472 Пекарь, 13450 Маляр строительный.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

**Целью** изучения программы учебной дисциплины АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение является индивидуальная коррекция учебных и коммуникативных умений, способствующая социальной и профессиональной адаптации обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

#### **знать:**

- содержание труда, профессионально важные качества и медицинские противопоказания Штукатура, Слесаря по ремонту автомобилей;
- правила безопасности труда, производственной санитарии и пожарной безопасности.
- сущности сознания;
- взаимоотношения сознательных и бессознательных процессов;
- роли самосознания в поведении человека, в развитии его личности;
- психологические основы профессиональной деятельности;
- психологию межличностных отношений;
- психологию познавательных процессов;
- психологию эмоциональной сферы личности.

#### **уметь:**

- выполнять правила безопасности труда, производственной санитарии и пожарной безопасности;
- владеть приемами психологической саморегуляции;
- соотносить частные задачи, возникающие в практике учебной деятельности и в практике профессионального обслуживания труда и трудящегося с контекстом фундаментальных проблем в целом;
- применять на практике, полученные знания.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен освоить общие компетенции:**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 4. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 5. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 6. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 7. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 8. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 9. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 10. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 11. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 14. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 86 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 42 часа;

лабораторные работы обучающегося – 44 часа.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **АД.01 Психология личности и профессиональное самоопределение**

#### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>86</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>42</b>
<b>Практические работы</b>	<b>44</b>
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта</b>	<b>2</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.01 Психология личности и профессиональное самоопределение

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Количество часов	Уровень освоения	Осваиваемые элементы компетенций (ОК)
<b>Раздел 1.</b> <b>Профессиональная адаптация на рабочем месте</b> <b>Тема 1.1</b> <b>Введение. Рынок труда региона: современные тенденции.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №1:</b>	<b>2</b>		
	1.Понятие рынка труда.		1	1
	2.Понятие рынка профессий.		1	1
	3. Различные формы занятости. трудоустройства выпускников.		1	1
<b>Тема 1.2</b> <b>Содержание труда Пекаря.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №2:</b>	<b>2</b>		
	1.Содержание труда Пекаря.		1	1
	2. Профессионально важные качества и медицинские противопоказания Пекаря.		2	1
	3.Правила безопасности труда. производственной санитарии и пожарной безопасности.		2	1
<b>Тема 1.3</b> <b>Содержание труда Маляра строительный.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №3:</b>	<b>2</b>		
	1.Содержание труда Маляра строительного		2	1
	2. Профессионально важные качества и медицинские противопоказания Маляра строительного		2	1
	3.Правила безопасности труда. производственной санитарии и пожарной безопасности.		2	1
<b>Тема 1.4</b> <b>Стратегия и тактика трудоустройства.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №4:</b>	<b>2</b>		
	1.Определение профессионально важных качеств специалиста.		2	2
	2.Составление личного профессионального плана.		2	1, 4
	3.Пути и способы активного поиска труда		2	1,4
	4.Общие тенденции в развитии представлений о труде.		2	1,4
	<b>Практические работы №1, №2:</b>			

	1.Тестирование «Профессиональная направленность».	4	2	3
	2. Составление личностного портрета.		3	3
<b>Тема 1.5.</b> <b>Диагностика личных и профессиональных склонностей.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №5:</b>	2		2
	1.Понятие: профессиональная пригодность.		2	2
	2.Основные методы управления уровня интеллекта и качеств личности.		2	1, 3
	<b>Практические работы №3:</b> 1.Профориентационное тестирование (изучение основных личностных особенностей. уровня развития деловых качеств молодого специалиста).	2	3	3, 5
<b>Тема 1.6.</b> <b>Основные требования, предъявляемые работодателем к специалисту.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №6:</b>	2		
	1.Особенности работы на предприятиях строительных работ.		2	2
	2.Требования к личности молодого специалиста для успешной работы в команде.		2	2
	3.Самопрезентация в разговоре с работодателем.		2	2
	<b>Практическая работа №4:</b> 1.Составление пакета документов для трудоустройства (научение обучающихся составлению профессионального резюме, анкеты, автобиографии).	2	3	3, 6
<b>Тема 1.7.</b> <b>Трудовой договор. Заключение трудового договора.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №7, №8:</b>	4	2	2
	1.Понятия и виды: трудовой договор, гражданско-правовой договор.		2	2
	2.Срок действия трудового договора.		2	2
	3.Изменение условий трудового договора.		2	2, 3, 6
	4.Обязанности работодателя в отношении молодых специалистов. Права и льготы молодых специалистов.		2	2
<b>Тема 1.8.</b> <b>Способы адаптации на рабочем месте.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №9:</b>	2		
	1.Первые дни и месяцы работы.		1	2
	2.Основные способы освоения социально-психологических особенностей организации, вхождения в сложившуюся в нем систему отношений.		2	2
	<b>Практические работы №5, №6:</b>	4		
	1.Выработка навыков поведения в коллективе (команде).		3	3, 6

	2.Тренинг «Я управляю стрессом» (особенности социально-психологической адаптации на рабочем месте в первые дни работы).		3	3, 6
<b>Тема 1.9. Моделирование стилей эффективного поведения в организации.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №10:</b>	2		
	1.Основные причины возникновения конфликтных ситуаций.		1	2
	2.Конфликтные и нестандартные ситуации.		2	2
	3.Ситуации с разным типом поведения работодателя.		2	2
	<b>Практические работы №7, №8:</b>	4		
	1.Решение практических задач и проигрывание способов выхода из конфликтных ситуаций.		3	2, 4
	2.Тренинг «Развитие уверенного (ответственного) поведения».		3	2, 4
<b>Тема 1.10. Природа общения.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №11:</b>	2		
	1.Понятия: общение, речь, культура речи, прямое и косвенное общение, непосредственное и опосредованное общение, межличностное и массовое общение.		1	2
	2.Условия необходимые для общения.		2	2
	3.Классификация общения.		2	2
	4.Качества речи (точность, понятность, чистота, богатство, разнообразие).		2	2
	<b>Практические работы №9, №10:</b>	4		
	1.Тренинг коммуникативной компетенции «Госний общения» (основы конструктивного общения).		3	2, 3, 6
	2. Тренинг «Я умею общаться».		3	2, 3, 6
<b>Тема 1.11 Психологические аспекты в общении.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №12:</b>	2		
	1.Понятия: вербальные и невербальные средства общения, мимика, улыбка, взгляд, жесты, поза, проксемика.		2	2
	2.Средства общения. Виды жестов. Значение мимики и жестикуляции при общении.		2	2
	3.Роль восприятия в процессе общения.		2	2
	4.Общение как взаимодействие. Барьеры понимания.		2	2
	5.Успех делового общения.		2	2
	<b>Практические работы №11, №12:</b>	4		
	1.Анализ невербальных средств общения (поза, мимика.		3	2, 3

	жесты) по иллюстрациям.			
	2.Тестирование и анализ полученных результатов: «Понимаете ли вы язык мимики и жестов»: «Умеете ли вы слушать».		3	2, 3
<b>Раздел 2.</b> <b>Социально-бытовая адаптация.</b> <b>Тема 2.1.</b> <b>Проявление индивидуальных особенностей личности в общении.</b> <b>Темперамент. Характер.</b> <b>Эмоции, настроение, чувства. Способности.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №13, №14:</b>	<b>4</b>		
	1.Определения: характер. темперамент.		2	2
	2.Индивидуальные особенности. Типы темперамента.		2	2
	3.Эмоциональные состояния человека.		2	2
	<b>Практические работы №13, №14, №15:</b>	<b>6</b>	3	2, 3, 6
	1.Тест «Определение типа темперамента»; «Особенности характера».		3	2, 3, 6
	2. Тренинг интеллекта (развитие интеллектуальных и познавательных процессов – память, внимание, восприятие, мышление).		3	2, 3, 6
	3. Круглый стол «Роль эмоций в общении». Как управлять своими чувствами.		3	2, 3, 6
<b>Тема 2.2.</b> <b>Общение как взаимодействие.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №15, №16:</b>	<b>4</b>		
	1.Теория межличностного взаимодействия. Типы взаимодействия.		2	2
	2.Мотивы социального поведения человека.		2	2
	3.Социальное одиночество.		2	2
	<b>Практическая работа №16, №17:</b>	<b>4</b>		
	1.Решение практических задач по оптимизации общения в процессе взаимодействия.		3	2, 3
	2. Диспут «Как сказать «нет» и не потерять друзей» (техники манипулирования).		3	2, 3
<b>Тема 2.3.</b> <b>Конфликты в общении.</b>	<b>Содержание учебного материала занятия №17, №18:</b>	<b>4</b>		
	1.Конфликт и его структура.		2	2
	2.Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.		2	2
	3.Методы снятия психологического напряжения в условиях конфликта.		2	2
	4.Стили поведения личности в конфликтных ситуациях.		2	2
	<b>Практическая работа №18, №19, №20</b>			

	1.Определение уровня собственной конфликтности. Решение конфликтных задач и проигрывание поведения, применяя правила поведения в конфликтной ситуации.	6	3	3, 6
	2.Тренинг по профилактике конфликтности среди обучающихся на тему: «Война и мир».		3	3, 6
	3.Тренинг «Толерантнос общенис».		3	3, 6
<b>Тема 2.4.</b> <b>Социализация личности.</b>	<b>Содержание учебного материала заиятия №19, №20:</b>	4		
	1.Социализация личности.		2	2
	2.Институты социализации.		2	2
	3.Социальные роли. Социальный статус. Социальные нормы.		2	2
	<b>Практическая работа №21, №22:</b>	4		
	1.Тренинг «Проблемы социализации личности».		3	3, 6
	2. Тренинг «Жизнь – это мгновенис. что нам принадлежит».		3	3, 6
<b>Итоговая аттестация: дифференцированный зачет</b>		2		
	<b>Итого:</b>	86 Дифференцированный зачёт		3

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия одного учебного кабинета.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации по учебной дисциплине;
- комплект диагностических методик и бланков;
- комплект учебно-наглядных пособий по учебной дисциплине.

##### **Технические средства обучения:**

компьютер с программным обеспечением, мультимедиа проектор.

##### **Комплект учебно-наглядных пособий:**

1. Видеофильмы по темам психологии.
2. Технические средства обучения.
3. Стенды.
4. Учебно-методические пособия
5. Учебно-методические плакаты.

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### Основные источники:

1. Бурчакова И.Ю. Организация и ведение процессов приготовления, оформления и подготовка к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий сложного ассортимента с учётом потребностей различных категорий потребителей, видов и форм обслуживания: Лабораторный практикум: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / И.Ю. Бурчакова. 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 240 с.
2. Ермилова С.В. Приготовление, оформление и подготовка к реализации хлебобулочных, мучных кондитерских изделий разнообразного ассортимента: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / С.В. Ермилова. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 336 с.
3. Кузнецова Л.С. Технология и организация производства кондитерских изделий: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Л.С. Кузнецова, М.Ю. Сиданова. 8-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 480с.
4. Черноус Г.Г. Выполнение штукатурных и декоративных работ: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Г.Г. Черноус. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 240 с.
5. Петрова И.В. Основы технологии отделочных строительных работ, учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / И.В. Петрова – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 112 с.
6. Жарова М.Н. Психология общения: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / М.Н. Жарова. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр – «Академия», 2017. – 256 с.
7. Ефимова Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: учеб. пособие / Н.С. Ефимова. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2018. – 192 с.
8. Кошечая И.П. Профессиональная этика и психология делового общения: учеб. пособие / И.П. Кошечая, А.А. Канке. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2018. – 304 с.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Обучение учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией, которую проводит преподаватель данной дисциплины.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

ОК	Результаты обучения (освоенные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1	Понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует понимания сущности и социальной значимости своей будущей профессии;</li> <li>- демонстрирует устойчивый интерес к будущей профессии</li> </ul>	- интерпретация результата наблюдений за обучающимися (участие в творческих конкурсах, семинарах)
ОК 2.	Организовывает собственную деятельность, выбирает типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивает их эффективность и качество.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет навыками организации учебно-познавательной деятельности;</li> <li>- своевременно и качественно выполняет учебные задания;</li> <li>- рационально планирует и организует деятельность по изучению учебной дисциплины;</li> <li>- самостоятельно находит допущенные ошибки, своевременно корректирует деятельность на основе результатов самооценки продукта;</li> <li>- обоснованно ставит цели, выбирает и применяет способы решения профессиональной задачи из известных в соответствии с реальными и заданными условиями и имеющимися ресурсами.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы;</li> <li>- оценка преподавателем дидактических материалов, конспектов;</li> <li>- наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач;</li> <li>- наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического задания.</li> </ul>
ОК 3.	Принимает решения в стандартных и нестандартных ситуациях и несет за них ответственность.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет определять проблему в профессионально ориентированных ситуациях;</li> <li>- умеет предлагать способы и варианты решения проблемы, оценивает ожидаемый результат;</li> <li>- умеет планировать поведение в профессионально ориентированных проблемных ситуациях, вносит коррективы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценка преподавателем проблемно - ситуационных задач;</li> <li>- наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач.</li> </ul>
ОК 4.	Осуществляет поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет самостоятельно работать с информацией: понимает замысел текста;</li> <li>- умеет пользоваться словарями, справочной литературой;</li> <li>- умеет отделять главную информацию от второстепенной.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- составления самоанализа деятельности на теоретических и практических занятиях;</li> <li>- оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы;</li> <li>- оценка преподавателем дидактических материалов, конспектов;</li> <li>- наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач;</li> <li>- наблюдение, оценка преподавателем выполнения</li> </ul>

			практического задания.
ОК 5.	Использует информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- демонстрирует навыки использования информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- оценка преподавателем выполнения заданий по написанию рефератов, по созданию презентаций, составлению отчетов по выполнению практической работы; - оценка преподавателем составления опорных конспектов, таблиц, схем.
ОК 6.	Работает в коллективе и в команде, эффективно общается с коллегами, руководством, потребителями	- умеет грамотно ставить и задавать вопросы; - способен координировать свои действия с другими участниками общения; - способен контролировать свое поведение, свои эмоции, настроение; - умеет воздействовать на партнера общения и др.	- наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического задания; - наблюдение, оценка преподавателем работы студентов в малых группах.
ОК 7.	Берет на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.	- умеет осознанно ставить цели овладения различными видами работ и определять соответствующий конечный продукт; - умеет реализовывать поставленные цели в деятельности; - умеет представить конечный результат деятельности в полном объеме;	- оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы; - защита презентаций.
ОК 8.	Самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации.	- демонстрирует стремление к самопознанию, самооценке, само регуляции и саморазвитию; - умеет определять свои потребности в изучении дисциплины и выбирать соответствующие способы его изучения; - владеет методикой самостоятельной работы над совершенствованием умений; - умеет осуществлять самооценку, самоконтроль через наблюдение за собственной деятельностью - умеет осознанно ставить цели овладения различными аспектами профессиональной деятельности, определять соответствующий конечный продукт; - умеет реализовывать поставленные цели в деятельности; - понимает роли повышения квалификации для саморазвития и самореализации в профессиональной и личной сфере;	- оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы; - оценка преподавателем дидактических материалов, конспектов; - наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач; - наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического задания; - защита презентаций.
ОК 9.	Ориентируется в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	- проявляет интерес к инновациям в области профессиональной деятельности; - понимает роли модернизации технологий профессиональной деятельности - умеет представить конечный результат деятельности в полном объеме; - умеет ориентироваться в информационном поле профессиональных технологий	- оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы; - наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач; - наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического задания; - защита презентаций.