

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА АДАПТИРОВАННОЙ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**

**АУД.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

2023г.

Рассмотрено
на заседании МО ПСОП
Протокол № 9 от 16.05.2023
Председатель МО ПСОП
_____ Григорьева Л.И.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

1. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. № 1578 « О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом министерства образования и науки российской федерации от 17 мая 2012 г. № 413 »
3. Профессионального стандарта 16472 «Пекарь», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 1 декабря 2015 г. № 914н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 декабря 2015 г., регистрационный № 40270).
4. Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение», для профессиональных образовательных организаций рекомендовано федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 381 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО».

Организация - разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Братский торгово-технологический техникум» (далее – ГБПОУ ИО БТТТ)

Разработчик:
Шварценбергер Наталья Владимировна, преподаватель.

СОДЕРЖАНИЕ

	СТР.
1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АД.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины разработана на основе: Профессионального стандарта «Пекарь», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 1 декабря 2015 г. № 914н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 декабря 2015 г., регистрационный № 40270).

Рабочая программа учебной дисциплины включает в себя: паспорт рабочей программы учебной дисциплины, структуру и содержание учебной дисциплины, условия реализации учебной дисциплины, контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППКРС - дисциплина входит в адаптированный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения

дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен	№ дидактической единицы	Формируемая дидактическая единица
Уметь		
	У. 1	применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;
	У. 2	использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;
	У. 3	на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;
	У. 4	планировать и составлять временную перспективу своего будущего;
	У. 5	успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;
Знать		
	З. 1	необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;
	З. 2	простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;
	З. 3	современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;
	З. 4	основные принципы и технологии выбора профессии;
	З. 5	методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.
Практический опыт		
	П. 1	
	П. 2	

1.5. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины.

Объем образовательной нагрузки 51 час, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося часов 40;

самостоятельной работы обучающегося 11 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки	51
Самостоятельна учебная нагрузка	11
Всего занятий	40
теоретического обучения	4
практические занятия	36
Консультации	
Промежуточная аттестация в форме зачета	

2.2. Учебная работа

Виды учебной работы	1 курс		2 курс		Всего часов
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	
Объем образовательной нагрузки	20	15	16	-	51
Самостоятельна учебная нагрузка	5	3	3		11
Всего занятий					
теоретического обучения	1	2	1		4
практические занятия	14	10	12		36
Консультации					
Промежуточная аттестация в форме зачета					

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины АУД.03 Психология личности и профессиональное самоопределение

Наименование разделов и тем	№ учебного занятия	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, консультации, самостоятельная работа обучающегося	Методические характеристики учебного занятия	Объем часов	№ дидактической единицы	Уровень освоения	Текущий контроль	
1		2	3	4		5		
Раздел 1. Психология профессиональной деятельности.					У,3			
Тема 1.1. Психология профессиональной деятельности.	1	Содержание учебного материала		1		1		
		Задачи предмета «Психология личности и профессиональное самоопределение». Требования к усвоению программы.	Тип: урок освоения новых знаний. Метод: словесные. Форма: фронтальная		31,32			
	2	Содержание учебного материала		1				
		Практическое занятие №1. Мини-сочинение «Почему я выбрал профессию пекаря»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: индивидуальная		У1,31,32			
	3	Содержание учебного материала		1				
		Практическое занятие №2 Деятельность: понятие, виды, структура, элементы и компоненты деятельности. Стадии становления профессионала.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31			
	4	Содержание учебного материала		1				
		Практическое занятие №3. Ознакомление с миром профессий и предъявляемых профессией требований. Типы профессий.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32			
	5	Содержание учебного материала		1				
		Самостоятельная работа обучающихся № 1. Составление словаря профессий.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа		У1,31,32			

			Форма: фронтальная					
	6	Содержание учебного материала Практическое занятие №4. Склонность личности к различным сферам профессиональной деятельности. Анкета «Мои интересы»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная	1	У1,31,32			
Тема 1.2. Профотбор и профессиональная пригодность.	7	Содержание учебного материала Практическое занятие №5. Составление таблицы «Профессиональные типы личности. Понятие и свойства профессиональной непригодности».	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная	1	У1,31,32	1		
	8	Содержание учебного материала Практическое занятие №6. Составление граф-схемы по теме: Факторы, влияющие на выбор профессии. Ошибки выбора профессии.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная	1	У1,31,32	1		
	9	Содержание учебного материала Самостоятельная работа обучающихся №2. Подготовка сообщения на тему: Психологические особенности профессиональных кризисов.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная	1	У1,31,32			
	10	Содержание учебного материала Практическое занятие №7 Методика « Дифференциально-диагностический опросник» Е. Климова.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: индивидуальная	1	У1,31,32	1		
Тема 1.3. Технология выбора профессии.	11	Содержание учебного материала Основные принципы и технологии выбора профессии. Современный рынок труда. Понятие конкурентоспособности.	Тип: урок освоения новых знаний. Метод: словесные, практические. Форма: урок лекция с элементами	1	У1,31,32			

			обсуждения.				
	12	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №8 Анализ рынка труда города Братска (объявления о вакансиях в печатных изданиях города и сайтов в сети Интернет).	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	13	Содержание учебного материала		1		1	
		Самостоятельная работа обучающихся №3. Личные профессиональные перспективы.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: индивидуальная		У1,31,32		
Раздел 2. Понятие о личности, ее структуре.							
Тема 2.1. Психология личности	14	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №9 Понятия: личность, человек, индивид, индивидуальность и их соотношение.	Тип: урок освоения новых знаний. Метод: словесные, практические. Форма: фронтальная		У1,31,32		
	15	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №10: Составление опорного конспекта «Структура личности. Свойства и индивидуально-типологические особенности личности»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	16	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №11: Особенности личности, влияющие на выбор профессии. Самооценка личности в выборе профессии. Особенности типов личности и выбор профессии.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	17	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №12 Тренинг – «Кто есть кто?»	Тип: урок применения знаний, умений		У1,31,32		

			Метод: тренинг Форма: групповая				
	18	Содержание учебного материала		1		1	
		Самостоятельная работа обучающихся № 4. Подготовка сообщения на тему: «Моя личность и будущая профессия»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	19	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №13 Диагностическая методика «Самооценка личности»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: индивидуальная		У1,31,32		
	20	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №14. Проективная методика «Автопортрет».	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
Тема 2.2. Психика человека и психические процессы	21	Содержание учебного материала		1		1	
		Психические процессы, свойства и состояния. Общие понятия о психике. Сознание как высшая форма психики.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	22	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №15. Проективная методика "Человек под дождем»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	23	Содержание учебного материала		1		1	
		Познавательные процессы: внимание, память, мышление. Приемы развития психических процессов.	Тип: урок освоения новых знаний. Метод: словесные, практические. Форма: фронтальная		У1,31,32		

	24	Содержание учебного материала		1		1		
		Самостоятельная работ обучающихся №6. Исследование смысловой памяти, корректурная проба.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная			У1,31,32		
	25	Содержание учебного материала		1			1	
		Практическое занятие №16. Упражнения и игры на развития мышления, памяти и внимания.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная			У1,31,32		
	26	Содержание учебного материала		1			1	
		Самостоятельная работа обучающихся № 7. Подготовка сообщения на тему: Виды памяти. Виды внимания.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная			У1,31,32		
Тема 2.3. Характер в структуре личности.	27	Содержание учебного материала		1		1		
		Практическое занятие №17. Характер в структуре личности. Понятие характера, структура, физиологические основы характера, черты характера.	Тип: урок освоения новых знаний. Метод: словесные, практические. Форма: фронтальная			У1,31,32		
	28	Содержание учебного материала		1			1	
		Практическое занятие № 18 Понятие эмоций, их функции и свойства. Арт-терапия: «Раскрась свои чувства».	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная			У1,31,32		
	29	Содержание учебного материала		1			1	
		Практическое занятие №19 Диагностическая методика «Акцентуации характера».	Тип: урок применения знаний, умений Методы: практическая работа Форма: индивидуальная			У1,31,32		
30	Содержание учебного материала		1			1		
		Практическое занятие №20.	Тип: урок применения			У1,31,32		

		Анализ собственного характера, типа темперамента по методике Айзенка	знаний, умений Метод: практическая работа Форма: индивидуальная				
Тема 2.4. Характерологические особенности профессионала.	31	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №21. Критерии профессионального выбора.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	32	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №22. Этапы профессионального пути. Стратегии формирования психики - стратегии внутреннего обретения новых свойств и качеств личности.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	33	Содержание учебного материала		1		1	
		Самостоятельная работа обучающихся № 8. Проективная методика «Человек, который срывает яблоко».	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: индивидуальная		У1,31,32		
	34	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №23. Роль современных средств массовой информации (СМИ) в формировании профессиональных и жизненных устремлений самоопределяющейся личности.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
35	Содержание учебного материала		1		1		
	Практическое занятие №24. Понятие «формула профессии» (по Е.А. Климову).	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32			
Тема 2.5. Задатки и способности человека.	36	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическая работа №25. Задатки и способности. Проявление задатков и	Тип: урок применения знаний, умений		У1,31,32		

		способностей в психических процессах человека.	Метод: практическая работа Форма: фронтальная				
	37	Содержание учебного материала		1		1	
		Самостоятельная работа обучающихся № 9. Методика «Профассоциации».	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	38	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическая работа №26. Тест «Я и моя профессия»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: индивидуальная		У1,31,32		
Раздел 3. Самопознание. Самовоспитание личности.							
Тема 3.1. Кризисы и конфликты в жизни человека							
	39	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №27. Коммуникативная компетентность. Условия формирования компетентности.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	40	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №28. Кризисы и конфликты в жизни человека. Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: тренинг Форма: групповая		У1,31,32		
	41	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №29. Решение ситуационных задач по теме «Конфликт»	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	42	Содержание учебного материала		1		1	
		Самостоятельная работа обучающихся №10. Тренинговое занятие: Разрешение и профилактика конфликтов.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная		У1,31,32		

			работа Форма: фронтальная				
Тема 3.2. Этапы профессионального развития	43	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №30. Этапы профессионального становления. Профессиональные намерения и осознанные желания в процессе выбора профессии.	Тип: урок освоения новых знаний. Метод: словесные, практические. Форма: фронтальная		У1,31,32		
	44	Содержание учебного материала		1		1	
		Самостоятельная работа обучающихся №11. Профессиональное обучение - профессиональная подготовка. Профессиональное мастерство.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: самостоятельная работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	45	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №31. Эссе «Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности».	Тип: урок применения знаний, умений Методы: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	46	Содержание учебного материала		1		1	
Практическое занятие №32. Деловая игра «Кадровый вопрос»		Тип: урок применения знаний, умений Метод: деловая игра Форма: групповая		У1,31,32			
Тема 3.3. Портрет профессионала	47	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №33. Процедура и методы профессиональной аттестации в специальностях.	Тип: урок применения знаний, умений Методы: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	48	Содержание учебного материала		1		1	
		Практическое занятие №34. Профессиография и профессиограмма.	Тип: урок применения знаний, умений Метод: практическая работа Форма: фронтальная		У1,31,32		
	49	Содержание учебного материала		1		1	

		Практическое занятие №35. Профессиональное долголетие.	Тип: урок применения знаний, умений Методы: практическая работа Форма: фронтальная		<i>У1,31,32</i>		
	50	Содержание учебного материала Практическое занятие №36 Социально-психологический портрет профессионала.	Тип: урок применения знаний, умений Методы: практическая работа Форма: фронтальная	<i>1</i>	<i>У1,31,32</i>		<i>1</i>
	51	Содержание учебного материала Зачет.	Тип: урок контроля знаний, умений Методы: практическая работа Форма: индивидуальная	<i>1</i>	<i>У1,31,32</i>		
		Всего		<i>51</i>			

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством. (Содержание дидактической единицы закрепляется на лабораторных, практических занятиях)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация рабочей программы учебной дисциплины требует наличия учебной аудитории/кабинета психологии.

Оборудование учебной аудитории/кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2017.
2. Толстых Н.Н., Кулагина И.Ю., Апасова Е.В. Социальная возрастная психология. Учебное пособие. — М.: Академический Проект. 2019. 346 с.
3. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт. 2019. 404 с.
4. Немов Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 2. Внимание и память. — М.: Юрайт. 2019. 262 с.
5. Леонтьева В. Л. Психология. Учебное пособие для СПО. — М.: Юрайт. 2019. 152 с.

Дополнительные источники:

1. Выборнова В.В. Актуализация проблем профессионального самоопределения молодежи / В.В. Выборнова, Е.А. Дунаева // Социологические исследования. 2006. № 4. С. 99—105.
2. Носс И.Н. Профессиографический аспект профессиональной психодиагностики // Мир психологии. 2006. №3. С. 192—203.
3. Рогов Е.И. Выбор профессии. Становление профессионала. М., 2003. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Центр тестирования и развития [Электронный ресурс]: Гуманитарные технологии. Профорientация: Кем стать. URL: <http://www.proforientator.ru>
2. Academia [Электронный ресурс]: Издательский центр «Академия». <https://academia-moscow.ru/>
3. Школьный психолог [Электронный ресурс]. URL: <http://psy.1september.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 занятий, а также выполнения обучающимся индивидуальных заданий, проектов, исследований и т.п.

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - чувство гордости и уважения к истории и достижениям отечественной психологической науки; - соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; - составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; - использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; - анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка; - пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования. 	<p>Написание сообщений, докладов, рефератов Подготовка презентаций Практические задания Устный опрос</p>
<p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать самостоятельность; - оценивать собственные возможности, способствующие овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию; - систематизировать, анализировать полученные данные; - осваивать способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимые для участия в жизни гражданского общества и правового государства; <p>Самостоятельные работы Практические работы Выступление с сообщением, докладом, презентацией</p>	<p>Самостоятельные работы Практические работы Выступление с сообщением, докладом, презентацией</p>
<p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана; - правила выбора профессии; - понятие о профессиях и о профессиональной деятельности; - понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а так же психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии; - понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения; - значение творческого потенциала человека, карьеры. - о смысле и значении труда в жизни человека и общества; - о современных формах и методах организации труда; - о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; - о предпринимательстве; - о рынке труда. 	<p>Фронтальный и индивидуальный устный (письменный) опрос Самостоятельные работы Тестирование Практические работы</p>