


Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области  
«Талицкий лесотехнический колледж им. Н.И.Кузнецова»

Утверждаю:  
Директор ГАПОУ СО  
«ТЛК им. Н.И. Кузнецова»


 С.И.Ляшок  
01 сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**А.03 Психология личности и профессиональное самоопределение**

Согласовано  
на заседании цикловой комиссии  
протокол № 1 от «31» августа 2022 г.

 / О.С. Маслакова

Утверждаю  
Заведующий филиала  
Семакова Ю.И.  
01 сентября 2022 г.

Программа адаптированной учебной дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» по профессии среднего профессионального образования программы профессиональной подготовки - адаптированной образовательной программы для лиц с ограниченными возможностями здоровья 16675 Повар.

Программа разработана на основе профессионального стандарта "Повар" (Приказ Минтруда России от 08.09.2015 N 610н, зарегистрирован в Минюсте России 21.10.2011 N 22111). Профстандарт «Повар».

Автор: Семакова Юлия Игоревна, преподаватель

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>9</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Психология личности и профессиональное самоопределение»

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Адаптированная учебная дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» является обязательной частью адаптационного учебного цикла основной образовательной программы профессиональной подготовки 16675 Повар.

Адаптированная учебная дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности по программе профессиональной подготовки 16675 Повар в соответствии с профессиональным стандартом

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

Программа адаптированной учебной дисциплины разработана в соответствии с особенностями образовательных потребностей инвалидов и лиц с ОВЗ, с учетом возможностей их психофизиологического развития, индивидуальных возможностей и методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования, утвержденные Департаментом государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Науки России от 20 апреля 2015 г. № 06-830.

Образование инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организовано совместно с другими обучающимися.

Адаптированная программа разработана в отношении обучающихся с конкретными видами ограничений здоровья (нарушения слуха, нарушения зрения, соматические заболевания), обучающихся совместно с другими обучающимися в учебной группе по специальности.

Реализация адаптированной программы осуществляется с использованием различных форм обучения, в том числе с использованием электронного обучения.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1-6	<ul style="list-style-type: none"><li>- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;</li><li>- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;</li><li>- на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;</li><li>- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;</li><li>- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- необходимой терминологии, основы и сущности профессионального самоопределения;</li><li>- простейших способов и приемов развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основными механизмами психической регуляции поведения человека;</li><li>- современного состояния рынка труда, мира профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;</li><li>- основных принципов и технологии выбора профессии;</li><li>- методов и форм поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.</li></ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	48
в том числе:	
теоретическое обучение	12
лабораторные работы <i>(если предусмотрено)</i>	-
практические занятия <i>(если предусмотрено)</i>	20
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
контрольная работа <i>(если предусмотрено)</i>	-
Самостоятельная работа	16
<b>Итоговая аттестация</b>	-

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
<b>Тема 1.</b> <b>Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<i>OK 1-6</i>
	<b>1.</b> Методологические основы психологии профессиональной деятельности. Сущность и содержание профессионального самоопределения.	2	
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
<b>Тема 2.</b> <b>Проблемы выбора. Профессиональная непригодность</b> <b>Технология выбора профессии. Правильные ориентиры</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<i>OK 1-6</i>
	<b>1.</b> Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.	2	
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
<b>Тема 3.</b> <b>Личностные регуляторы выбора профессии. Понятие о личности, ее структуре</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<i>OK 1-6</i>
	Личность, направленность, структура, потребности личности. Уникальность и неповторимость личности каждого человека: многообразие личностных особенностей, профессиональная деятельность как способ реализации личности.	10	
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>	8	
	<b>Практическая работа № 1.</b> Составление «дерева» психологических качеств личности.	2	
	<b>Практическая работа № 2.</b> Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности (С.С.Бубнова).	2	
	<b>Практическая работа № 3.</b> Направленность личности. Иерархия потребностей А.Маслоу.	2	
	<b>Практическая работа № 4.</b> Методика Е.А.Климова, Методика Дж.Голланда, Карта интересов.	2	
<b>Тема 4.</b> <b>Психические процессы и волевая регуляция деятельности человека. Характер, темперамент и направленность личности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<i>OK 1-6</i>
	<b>1.</b> Свойства нервной системы и их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности. Темперамент: понятие, его типы и свойства, психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления темперамента в различных видах профессиональной деятельности Строение и функции нервной системы, способы реагирования человека на сигналы внешней среды (процессы возбуждения и торможения); основные свойства нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность). Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленных свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности.	12	
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>	10	
	<b>Практическая работа № 5.</b> Тест «Каков Ваш характер». Методика «Опросник Айзенка».	2	
	<b>Практическая работа № 6.</b> Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях».	2	

	<b>Практическая работа № 7.</b> «Я и мой характер» (эссе, рисунок, рассказ и т.д).	2		
	<b>Практическая работа № 8.</b> Методика Басса-Дарки «Тест эмоций».	2		
	<b>Практическая работа № 9.</b> Методики «Способы работы с агрессией».	2		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2		
<b>Тема 5. Познание задатков и способностей. Самопознание. Самовоспитание личности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	<i>OK 1-6</i>	
	<b>1.</b> Задатки и способности человека: сущность понятий и характеристика их развития. Интересы и склонности, связь с задатками и способностями, отличия от них. Характеристика содержания и основных этапов развития способностей, их значимость в профессиональной деятельности. Общие и специальные способности. Самооценка индивидуальных способностей. Представление человека о самом себе, о роли самооценки в решении проблемы профессионального выбора. Самооценка (адекватная, завышенная, заниженная), ее проявления в учебной деятельности и межличностных отношениях. Роль адекватной 3 самооценки при выборе профессии и в последующей профессиональной деятельности. Диагностические и развивающие процедуры в самопознании, самоописании, самооценке личности.			
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>			2
	<b>Практическая работа № 10.</b> Тест на определение способностей и склонностей.			2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			2
<b>Тема 6. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	<i>OK 1-6</i>	
	<b>1.</b> Этапы профессионального самоопределения: дошкольный; первая ступень основной школы; вторая ступень основной школы; полное среднее учебное заведение; профессиональное учебное заведение; профессиональная деятельность. Особенности протекания процессов профессионального самоопределения на каждом из этапов. Способы профессионального самоопределения на разных стадиях становления личности.			
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			2
<b>Тема 7. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	<i>OK 1-6</i>	
	<b>1.</b> Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии. Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ».			
	<b>В том числе, практических занятий и лабораторных работ</b>			-
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			4
<b>Курсовой проект (работа)</b>		-		
<b>Промежуточная аттестация</b>		-		
<b>Всего:</b>		<b>48</b>		

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

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет «Психологии личности и профессионального самоопределения», оснащенный оборудованием:

- посадочные места по количеству обучающихся,
- рабочее место преподавателя,
- стенды,
- шкафы для хранения дидактических пособий, учебники и учебные пособия, карточки-задания, тесты проверочные, учебные тексты.

Технические средства обучения: компьютер для преподавателя, мультимедийное оборудование.

Учебный кабинет оснащен для обучающихся с различными видами ограничений здоровья (нарушения зрения, слуха, нервно-психические нарушения, соматические заболевания).

Для слабовидящих обучающихся в учебной аудитории предусмотрена возможность просмотра удаленных объектов (например, текста на доске или слайда на экране).

Обучение лиц с нарушениями слуха предполагает использование мультимедийных средств и других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе

##### **3.2.1. Печатные издания**

1. Психология: учебник и практикум для СПО / А. С. Обухов [и др.] ; под общ.ред. А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 404 с.

2. Психология и педагогика в 2 ч. Часть 1. Психология : учебник для СПО / В. А. Слостенин [и др.]; отв. ред. В. А. Слостенин, В. П. Каширин. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 232 с.

3. Психология и педагогика в 2 ч. Часть 2. Педагогика : учебник для СПО / В. А. Слостенин [и др.] ; под общ.ред. В. А. Слостенина, В. П. Каширина. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 374 с.

##### **3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)**

1. <http://www.psychology.ru> - Портал психологии

2. <http://www.psychologies.ru> -Журнал "Psychologies"

3. <http://studentam.net/> - Библиотека Гумер - гуманитарные науки

4. <http://www.gumer.info/> - Электронный ресурс

5. <http://psylib.kiev.ua/> - Психологическая библиотека "Самопознание и саморазвитие"

6. <http://psychology.net.ru> – сайт Мир психологии.

7. <http://azps.ru/handbook/k/koif429.html> – сайт Психология.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p><b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;</li> <li>- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;</li> <li>- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью; - основные принципы и технологии выбора профессии;</li> <li>- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.</li> </ul>	<p><b>Оценка «отлично»</b> - ставится в том случае, если обучающийся показывает знания программного материала по поставленным вопросам.</p> <p><b>Оценка «хорошо»</b> - ставится в том случае, если обучающийся твердо знает программный материал, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос.</p> <p><b>Оценка «удовлетворительно»</b> - ставится в том случае, если обучающийся имеет знание только основного материала по поставленным вопросам, допускает отдельные неточности.</p> <p><b>Оценка «неудовлетворительно»</b> - ставится в том случае, если обучающийся допускает ошибки, в ответе на поставленные вопросы, не может применять полученные знания на практике.</p>	<p>Устный опрос Письменный опрос (тестирование, работа по карточкам, самодиктанты, разбор ситуаций, вопросы для самоконтроля, письменные ответы на вопросы, выполнение практических работ, и др.) Проверка ведения тетрадей Внеаудиторная самостоятельная работа Дифференцированный зачет</p>
<p><b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;</li> <li>- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;</li> <li>- на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;</li> <li>- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;</li> <li>- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.</li> </ul>		<p>Практическая работа</p>

Для осуществления мероприятий итоговой аттестации инвалидов и лиц с ОВЗ применяются фонды оценочных средств, адаптированные для таких обучающихся и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной профессиональной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех заявленных компетенций.

С целью определения особенностей восприятия обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ и их готовности к освоению учебного материала предусмотрен входной контроль в форме тестирования.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателями в соответствии с разработанным комплектом оценочных средств по учебной дисциплине, адаптированным к особым потребностям студентов инвалидов и лиц с ОВЗ, в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, а также выполнения индивидуальных работ и домашних заданий, в режиме тренировочного тестирования в целях получения информации

о выполнении обучаемым требуемых действий в процессе учебной деятельности; правильности выполнения требуемых действий; соответствии формы действия данному этапу усвоения учебного материала; формировании действия с должной мерой обобщения, освоения (автоматизированности, быстроты выполнения и др.) В обучении используются карты индивидуальных заданий (и т.д.).

Форма проведения промежуточной аттестации для студентов-инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (письменное тестирование, компьютерное тестирование и т.д.). При необходимости инвалидам и лицам с ОВЗ предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

Промежуточная аттестация для обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ по необходимости может проводиться в несколько этапов, формы и срок проведения которых определяется преподавателем.