



Министерство образования и молодежной политики  
Свердловской области

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области

«Екатеринбургский техникум химического машиностроения»

Реализация основных профессиональных образовательных программ



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **АУД.02 Психология личности и профессиональное самоопределение**

по профессии среднего профессионального образования

программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих

#### **13249 Кухонный рабочий**

Форма обучения: очная

Уровень подготовки: базовый

на базе основного общего образования

РАССМОТРЕНО  
на заседании ПЦК  
социально-экономического профиля  
Протокол № 15  
от 28 августа 2020г.

Екатеринбург  
2020

Рабочая программа АУД.02 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 - 830 вн) по профессии 13249 «Кухонный рабочий».
- Профессионального стандарта «Кухонный рабочий»

Организация разработчик ГАПОУ СО «ЕТХМ»

Разработчик: Медведева М.В., преподаватель

Содержательная экспертиза: Карымова Н.Н., председатель ПЦК социально-экономического профиля

Техническая экспертиза: Черепанова Н.В., заместитель директора по УМР

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ</b>	<b>4</b>
<b>ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ</b>	<b>12</b>
<b>УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ</b>	<b>15</b>
<b>УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	

# **1. Паспорт рабочей программы адаптированной учебной дисциплины АУД.02 Психология личности и профессиональное самоопределение**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы в соответствии с Письмом 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 - 830 вн) по профессии 13249 «Кухонный рабочий».

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке по профессии 13249 «Кухонный рабочий»

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

Код компетенции	Содержание компетенции
ОК 1.	<ul style="list-style-type: none"><li>Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</li><li>Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</li><li>Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</li><li>Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</li><li>Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</li><li>Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.</li></ul>
ОК 2.	
ОК 3.	
ОК 4.	
ОК 5.	
ОК 6.	

### **Цель:**

Формирование психолого-педагогической культуры студентов, включая студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), способности

использовать полученные знания для решения задач личностного саморазвития и самосовершенствования, а также эффективной профессиональной социализации.

### **Задачи дисциплины:**

1. Создание условий для толерантного восприятия и адекватного оценивания своих профессиональных и личностных возможностей, с учетом индивидуальных психологических особенностей, целей, мотивов, состояний.

2. Формирование представлений о структуре и направленности личности, самосознании и мотивационно-потребностной сфере, о направлениях и средствах саморазвития в межличностной и профессиональной сферах, о способах профессионального самоопределения.

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь**:

- 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 профессии осуществлять осознанный и 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.

В результате освоения дисциплины студент должен **знать**:

- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности;
- 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;
- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;
- основные принципы и технологии выбора профессии.

**1.3.Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины.**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося - **52 часов**,

**в том числе:**

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - **34 часов**;

самостоятельной работы обучающегося – **18 часов**.

## **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</b>	<b>52</b>
<b>Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>34</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	22
лабораторные работы (если предусмотрено)	-
практические занятия (если предусмотрено)	12
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
Самостоятельная работа	<b>18</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	Диф.зачет

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	№ п.п.	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1		2	3	4
<b>Раздел 1. РАЗДЕЛ 1. Психология профессиональной деятельности</b>				
<b>Тема 1.1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6.
	1	Психология профессионального и личностного самоопределения	1	
	2	Деятельность: понятие, виды, структура.	1	
	3	Сущность профессионального самоопределения	1	
	4	Профориентация и профконсультация; карьера и профессиональный выбор	1	
	5	<b>ПРН№1 Изучение профессиональных интересов</b>	1	
	6	<b>ПРН№2 Изучение профессиональных интересов</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>			
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
<b>Тема 1.2. Проблемы выбора. Профессиональная непригодность</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6.
	7	Профессиональные типы личности.	1	
	8	Факторы влияющие на выбор профессии	1	
	9	Понятие и свойства профессиональной непригодности	1	
	10	Способности и профессиональная непригодность к конкретной профессии	1	
	11	<b>ПРН№3 Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей</b>	1	
	12	<b>ПРН№4 Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей</b>	1	

	Самостоятельная работа:			
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
Тема 1.3. Технология выбора профессии. Правильные ориентиры	Содержание учебного материала:			ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6.
	13	Основные принципы и технологии выбора профессии	1	
	14	Технология профессиональной карьеры.	1	
	15	Эффективное поведение на рынке труда	1	
	16	Склонности и интересы в профессиональном выборе. Профессиональные роли.	1	
	17	ПРН№ 5 «Составление формулы выбора профессии. Правила выбора профессии»	1	
	18	ПРН№ 6 «Составление формулы выбора профессии. Правила выбора профессии».	1	
	Самостоятельная работа:			
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
			Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1
РАЗДЕЛ 2. Самопознание. Профессиональное самоопределение				
Тема 2.1. Самопознание. Самовоспитание личности	Содержание учебного материала:			ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6.
	19	Понятие о личности, ее структура и направленность	1	
	20	Темперамент и характер в структуре личности	1	
	21	Самопознание и саморазвитие	1	
	22	Самообразование и самовоспитание в профессиональной деятельности кухонного рабочего	1	
	23	Цели самосовершенствования	1	
	24	Кризисы и внутренние конфликты в жизни человека	1	
	25	ПРН№7 Психологическая самодиагностика	1	
	26	ПРН№8 Диагностика личности на мотивацию к успеху по методике Т. Элерса	1	
	27	ПРН№9 Тест «Самооценка силы воли»	1	
	28	ПРН№10 Составление плана самосовершенствования	1	
	Самостоятельная работа:			

		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
<b>Тема 2.2. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6.
	29	Общее представление о профессии	1	
	30	Понятие специальность, специализация. Отличие профессии от специальности	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>			
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
<b>Тема 2.3. Профессионально е самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6.
	31	Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности	1	
	32	Самоопределение в юношеском возрасте	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>			
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
		Проработка конспектов занятий, учебной литературы по теме	1	
<b>Промежуточная аттестация</b>	33	<b>ПРН№11 дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	
<b>Промежуточная аттестация</b>	34	<b>ПРН№12 дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	
<b>Всего:</b>			<b>52</b>	

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

**3.1. Для реализации программы имеется учебный кабинет адаптационного цикла по профессии «Кухонный рабочий».**

**Оборудование учебного кабинета:**

- рабочее место преподавателя;
- рабочие места по числу обучающихся;
- учебно-методическое обеспечение (учебное пособие, рабочая тетрадь, методические указания для обучающихся, раздаточные материалы).

**Технические средства обучения:**

- компьютер
- мультимедиапроектор.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

1. Перечень учебных изданий, нормативных документов, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

**Нормативные документы:**

1. Конституция РФ. От 30.12.2008 №6-ФЗК, от 30.12.2008 №7-ФЗК, ОТ 05.02.2014 №2-ФЗК, ОТ 21.07.2014 №11-ФЗК.
2. Трудовой кодекс РФ. От 30.12.2001 №197-ФЗК (ред. от 03.07.2016) (с изм. и доп., вступ. в силу 03.10.2016)
3. Семейный кодекс РФ. (СК РФ 2015) (с изменениями на 30.12.2015)
4. Гражданский кодекс РФ. от 03.07.2016 №314-ФЗ.
5. Конвенция ООН о правах инвалидов. От 03.05.2015 №46-ФЗ.
6. Конвенция о правах ребенка. (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

**Основные источники:**

1. Психология личности и профессиональное самоопределение: учебное пособие для средн. проф. образования. – ГБПОУ СПЦ № 5 / 2017г.

**Дополнительные источники:**

1. Жуков Ю.М., Петровская Л.А., Растянников П.В. Диагностика и развитие компетентности в общении. М., 2015
2. Ивин А.А. Основы теории аргументации. М., 2014.
3. Лютова С.Н. Социальная психология личности (теория и практика): Курс лекций. М., 2014.
4. Н.И.Леонов «Психология делового общения», Москва - Воронеж, 2015г.

**Дополнительные источники:**

1. Новикова Н.С. Синяя звезда. Рассказы и сказки русских и зарубежных писателей с заданиями и упражнениями: учебное пособие для студентов. - М.: Флинта: Наука, 20 с.
2. О'Коннор Дж., Сеймор Дж. Введение в НЛП. Челябинск, 2015
3. Г.М.Шеламова «Деловая культура и психология общения», Москва, «Академия», 2014г.
4. Юри У. Преодолевая «нет», или переговоры с трудными людьми. М., 2014

**Интернет ресурсы:**

1. <http://studentlight.net/doclad.php>
2. <http://studentlight.net/prezentacia.php>

**3.3. Кадровое обеспечение учебного процесса**

Преподаватель имеет профессиональное образование, соответствующее профилю, первую квалификационную категорию. Прошел курсы повышения квалификации по образовательным программам подготовки обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Педагог ознакомлен с психофизическими особенностями обучающихся с нарушениями интеллекта и учитывает их при организации образовательного процесса.

**3.4. Программа предназначена для слушателей с ОВЗ с умственной отсталости**

Данная группа слушателей характеризуется:

- сниженной работоспособностью вследствие возникающих явлений психомоторной расторможенности, возбудимости;
- низким уровнем познавательной активности и замедленным темпом переработки информации;
- неустойчивостью внимания, нарушением скорости переключения внимания, объем его снижен;

- память ограничена в объеме, преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической;
- наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое;
- имеются легкие нарушения речевых функций;
- несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации;
- ограниченные представления об окружающем мире;
- отличаются повышенной впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечают малейшее изменение в настроении;
- характерна повышенная утомляемость: быстро становятся вялыми или раздражительными, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания;
- отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья (умственная отсталость) рекомендуются следующие виды труда:

- по характеру рабочей нагрузки и его усилий по реализации трудовых задач – физический труд;
- по форме организации трудовой и профессиональной деятельности – регламентированной (с определённым распорядком работы);
- по признаку основных орудий (средств) труда – ручной труд, машинно-ручной труд;
- по сфере производства - преимущественно на предприятиях общественного питания.

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

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

Раздел учебной дисциплины	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формируемые ОК	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Раздел 1.</b> Психология профессиональной деятельности.  <b>Раздел 2.</b> Самопознание. Профессиональное самоопределение.	<p>– <i>знать</i>:</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;</li> <li>– 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>– <i>уметь</i>:</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</li> </ul>	ОК 1 ОК 2 ОК 3 ОК 4 ОК 5 ОК 6	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Анализ предложенных понятий по изучаемой теме;</li> <li>– устный опрос;</li> <li>– анализ результатов своей практической работы по изучаемой теме (рефлексия своей деятельности);</li> <li>– аудиторные занятия;</li> <li>– самостоятельная работа выполнение индивидуальных заданий;</li> <li>– выполнение и защита практических и лабораторных работ;</li> <li>– зачет в форме тестирования;</li> <li>– терминологический диктант;</li> <li>– опрос по индивидуальным заданиям.</li> <li>– Выполнение конкретных профессиональных задач в ходе самостоятельной работы, во время лабораторных работ: планирование и</li> </ul>

	<p>психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <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>самостоятельное выполнение работ; решение проблемных задач; выполнение работ по образцу, инструкции или под руководством; узнавание ранее изученных объектов и свойств.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>–Контрольные упражнения;</li> <li>–оформление понятийного словаря;</li> <li>–тесты действия, тренинги.</li> </ul>
--	--	--	---

## Календарно – тематическое планирование

№п/п	Тема занятия	Задано на дом
1	Психология профессионального и личностного самоопределения	
2	Деятельность: понятие, виды, структура.	
3	Сущность профессионального самоопределения	
4	Профориентация и профконсультация; карьера и профессиональный выбор	
5	<b>ПРН1 Изучение профессиональных интересов</b>	
6	<b>ПРН2 Изучение профессиональных интересов</b>	
7	Профессиональные типы личности.	
8	Факторы влияющие на выбор профессии	
9	Понятие и свойства профессиональной непригодности	
10	Способности и профессиональная непригодность к конкретной профессии	
11	<b>ПРН3 Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей</b>	
12	<b>ПРН4 Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей</b>	
13	Основные принципы и технологии выбора профессии	
14	Технология профессиональной карьеры.	
15	Эффективное поведение на рынке труда	
16	Склонности и интересы в профессиональном выборе. Профессиональные роли.	
17	<b>ПРН5 «Составление формулы выбора профессии. Правила выбора профессии»</b>	
18	<b>ПРН6 «Составление формулы выбора профессии. Правила выбора профессии».</b>	
19	Понятие о личности, ее структура и направленность	
20	Темперамент и характер в структуре личности	
21	Самопознание и саморазвитие	
22	Самообразование и самовоспитание в профессиональной деятельности кухонного рабочего	
23	Цели самосовершенствования	
24	Кризисы и внутренние конфликты в жизни человека	
25	<b>ПРН7 Психологическая самодиагностика</b>	

26	<b>ПРН8 Диагностика личности на мотивацию к успеху по методике Т. Элерса</b>	
27	<b>ПРН9 Тест «Самооценка силы воли»</b>	
28	<b>ПРН10 Составление плана самосовершенствования</b>	
29	Общее представление о профессии	
30	Понятие специальность, специализация. Отличие профессии от специальности	
31	Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности	
32	Самоопределение в юношеском возрасте	
33	<b>ПРН11 дифференцированный зачет</b>	
34	<b>ПРН12 дифференцированный зачет</b>	