

Федеральное казенное профессиональное образовательное учреждение  
«Новокузнецкий государственный гуманитарно-технический колледж-интернат»  
Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ:  
Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_ Лебедева И. П.

Профессия: 29.01.05 Закройщик

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
АД.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

Новокузнецк

РАССМОТРЕНО:  
на заседании МК ОУД  
Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.  
Председатель МК  
\_\_\_\_\_ Исаева Л.Е.

Рабочая программа адаптационной дисциплины разработана:

- на основе ФГОС по профессии 29.01.05 Закройщик, утверждённым приказом Минобрнауки от 3 апреля 2018 г. № 230 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 29.01.05 Закройщик"

- 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», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 20.04.2015 № 06-830 вн);

- в соответствии с учебным планом по профессии 29.01.05 Закройщик, утверждённым директором ФКПОУ «НГГТКИ» Минтруда России Агарковым Н. Н. Приказом № 151/1 от 29.06.2020 г.

Организация-разработчик рабочей программы:

федеральное казенное профессиональное образовательное учреждение «Новокузнецкий государственный гуманитарно-технический колледж-интернат» Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

Разработчик рабочей программы: Радкевич Татьяна Александровна, преподаватель первой категории

Рецензент: Шитова Елена Сергеевна, педагог-психолог высшей категории ФКПОУ «НГГТКИ» Минтруда России.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

# 1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АД.03 «ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа адаптационной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы среднего профессионального образования подготовки квалифицированных рабочих и служащих (далее – АОП СПО ПКРС) в соответствии с ФГОС по профессии 29.01.05 Закройщик.

**1.2. Место адаптационной дисциплины в структуре АОП СПО ПКРС:** адаптационный цикл.

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

В результате освоения адаптационной дисциплины обучающийся 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 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.

В результате освоения адаптационной дисциплины обучающийся должен знать:

- 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 адаптационной и будущей профессиональной деятельности.

ПК и ОК, которые актуализируются при изучении адаптационной

дисциплины:

<b>Код компетенции</b>	<b>Формулировка компетенции</b>
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК02	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие
ОК 04	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей
ОК 7	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности

ОК10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
ОК11	Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере

**1.4. Количество часов на освоение программы адаптационной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 32 часа,

в том числе:

аудиторной учебной работы обучающегося (обязательных учебных занятий) 32 часа.

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>32</b>
<b>Аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>32</b>
в том числе:	
лекции	12
практические занятия	20
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>-</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2 Тематический план и содержание адаптационной дисциплины АД.03 «Психология личности и профессиональное самоопределение»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	
<b>Раздел 1</b>	<b>Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения</b>		<b>2</b>	
Тема 1.1. Психология профессиональной деятельности, предмет и задачи курса.	<b>Содержание учебного материала:</b> актуальность изучения дисциплины. Психология профессиональной деятельности. Цели и задачи учебной дисциплины. Профессиональное самоопределение и его сущность			
	№ 1-2.	Психология профессиональной деятельности, предмет и задачи дисциплины.	2	1
<b>Раздел 2</b>	<b>Проблемы выбора. Профессиональная непригодность</b>		<b>2</b>	
Тема 2.1. Проблемы выбора профессии. Профессиональная непригодность, ее причины	<b>Содержание учебного материала:</b> Суть проблемы выбора профессии. Причины профнепригодности.			
	№ 3-4.	Выбор профессиональной сферы. Причины профессиональной непригодности.	2	1,2
<b>Раздел 3</b>	<b>Технология выбора профессии. Правильные ориентиры.</b>		<b>2</b>	
Тема 3.1 Технологии выбора профессии	<b>Содержание учебного материала:</b> современные технологии выбора профессии.			
	№ 5-6	Технологии выбора профессии.	2	1,2



<b>Раздел 4</b>	<b>Личностные регуляторы выбора профессии. Понятие о личности ее структура</b>		<b>2</b>	
Тема 4.1 Понятие о личности, структура личности	<b>Содержание учебного материала:</b> понятие о личности, структура личности.			
	№ 7-8.	<i>Практическое занятие:</i> Понятие о личности, структура личности. Тестирование на определение личностных качеств Айзенк Г.	2	1,2
<b>Раздел 5</b>	<b>Психические процессы и волевая регуляция деятельности человека</b>		<b>10</b>	
Тема 5.1. Психическая деятельность	<b>Содержание учебного материала:</b> Деятельность, структура деятельности. Виды деятельности. Воля, структура волевого акта. Волевая регуляция деятельности.		4	
	№ 9-10.	Деятельность, структура деятельности	2	2,3
	№ 11-12	<i>Практическое занятие:</i> Воля, волевая регуляция поведения человека. Тестирование «Воля».	2	2,3
Тема 5.2. Психические процессы	<b>Содержание учебного материала:</b> характеристика внимания, памяти, мышления, ощущения как психического процесса. Основная функция внимания, восприятия, памяти, мышления, ощущения. Свойства и виды. Способы развития.		6	
	№ 13-14	<i>Практическое занятие:</i> Внимание, виды и способы развития (упражнения)	2	2,3
	№ 15-16	<i>Практическое занятие:</i> Память, виды и способы развития (тестирование, упражнения, заполнение «психологического паспорта личности»)	2	2,3
	№ 17-18	<i>Практическое занятие:</i> Мышление, виды и способы развития (Решение логических задач)	2	2,3
<b>Раздел 6</b>	<b>Характер, темперамент направленность личности.</b>		<b>4</b>	
Тема 6.1 Характер,	<b>Содержание учебного материала:</b> Темперамент. Типы темперамента. Характер.			

темперамент, направленность личности	Акцентуация характера.			
	№ 19-20	<i>Практическое занятие:</i> Темперамент и направленность личности - тестирование	2	2,3
	№ 21-22	<i>Практическое занятие:</i> Характер (тестирование, упражнения, заполнение «психологического паспорта личности)	2	2,3
<b>Раздел 7</b>	<b>Познание задатков и способностей</b>		<b>2</b>	
Тема 7.1. Понятие задатков и способностей	<b>Содержание учебного материала:</b> понятие о задатках и способностях. Задатки и способности индивидуальны.			
	№ 23-24	Познание задатков и способностей	2	2,3
<b>Раздел 8</b>	<b>Самопознание, самовоспитание личности</b>		<b>2</b>	
Тема 8.1 Понятия самопознание и самовоспитание личности	<b>Содержание учебного материала:</b> понятие «самовоспитание», «самосовершенствование». Способы самосовершенствования.			
	№ 25-26	<i>Практическое занятие:</i> Самопознание и самовоспитание личности, выполнение упражнений.	2	2,3
<b>Раздел 9</b>	<b>Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.</b>		<b>2</b>	
Тема 9.1 Сущность профессионального самоопределения на разных возрастных периодах	<b>Содержание учебного материала:</b> профессиональное самоопределение на разных возрастных периодах: задачи и «достижения» возраста; доступные по возрасту методы, формы и средства проф.самоопределения			
	№ 27-28	<i>Практическое занятие:</i> Профессиональное самоопределение на разных возрастных периодах, выполнение упражнений.	2	2,3

<b>Раздел 10</b>	<b>Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий</b>		<b>4</b>	
Тема 10.1. определение понятий Специальность, специализация, профессия.	<b>Содержание учебного материала:</b> суть терминов профессия, специальность, специализация. Подходы к классификациям.			
	№ 29-30 .	Сущность понятий: профессия специальность, специализация	2	2
	№31-32	<i>Практическое занятие:</i> Индивидуальная презентация «психологического паспорта личности». Зачет	2	3
<b>ИТОГО:</b>			32/32/-	

#### Уровень освоения

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### **3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение адаптационной дисциплины**

Реализация рабочей программы адаптационной дисциплины требует наличия учебного кабинета психологии.

##### Оборудование учебного кабинета:

- автоматизированное рабочее место преподавателя,
- конференц–стол (овальный) - 1 шт.,
- стул офисный – 9 шт.,
- доска напольная (переносная) – 1 шт.

##### Технические средства обучения:

- домашний кинотеатр - 1 шт.,
- система «Гармония» - 1 шт.,
- телевизор - 1 шт.,
- цифровая камера- 1 шт.,
- видеокамера- 1 шт.

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

##### **Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### Основные источники:

Панина, С. В. Профессиональная ориентация : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2017. — 312 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный.

##### Дополнительные источники:

Психология: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. С. Обухов [и др.] ; под общей редакцией А. С. Обухова. —

2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2017. — 404 с. — (Профессиональное образование). — Текст : электронный.

### **3.3. Организация обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в рамках освоения рабочей программы АД.03 Психология личности и профессиональное самоопределение**

Профессиональное обучение обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляются на основе образовательной программы, адаптированной для обучения указанных обучающихся в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида. Для обеспечения доступности образования обучающимся инвалидам создаются специальные условия:

- пандусы (входной пандус, пандус внутренний к коридорам),
- поручни;
- расширенные дверные проемы,
- лифт – 2 шт.,
- локальные пониженные стойки-барьеры;
- эргономическая мебель;
- специально оборудованные санитарные, ваннные комнаты;
- штатный сурдопереводчик;
- мобильный радиокласс (радиомикрофон) «Сонет - РСМ» (12 мест);
- система информационная для слабослышащих «Исток А2»;
- электронные лупы;
- информационный киоск;
- сайт с версией для слабовидящих;
- мультимедийный компьютер;
- средства видеоподдержки учебного процесса (компьютер с доступом в Интернет, видеопроектор, экран);
- средства аудиоподдержки учебного процесса (аудиосистема);

Специальные образовательные и реабилитационные технологии:

1. ОТО – ординарные технологии обучения:

- лекционный материал:
- для слабовидящих - аудиоматериал;
- для слабослышащих – видеоматериал с субтитрами, курс лекций на электронном носителе;
- слайды, презентации;
- инновационные лекции, используемые научные методы познания, подачи и изложения материал. Например, лекция вдвоём, лекция пресс-конференция, лекция-конференция, лекция-провокация – данные методы ориентированы на психофизические особенности контингента обучающихся.

2. ИТО – интенсивные технологии обучения:

- компьютерные технологии с применением интерактивных методов наложения текста на учебный видеоматериал (видео статьи), интерактивные мультимедийные презентации;
- технологии исследовательской и проблемной ориентации: проблемно-поисковый метод, решение проблемных задач, анализ исторических событий;
- предоставление услуг ассистента-помощника (социальный педагог, родитель, студенты старших курсов);
- технологии графического, матричного и стенографического сжатия информации: опорные конспекты, алгоритмы-путеводители, сравнительные таблицы, схемы, хронологии событий;
- коммуникативные технологии: индивидуальная траектория компенсирующего (углубленного) образования; взаимообучение через диалог и дискуссию, дистанционно-образовательные технологии.

3. ВТО – высокие технологии обучения:

– мультимедиа технологии, реализуемые на основе специально структурированных электронных материалов, адаптированного программно-аппаратного обеспечения (видео уроки, видео лекции);

– мультимедиа технологии в живом контакте педагога и обучающегося (работа по скайпу, по электронной почте).

## 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

### АД.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания, ПК, ОК)	Основные показатели оценки результата
<b>Уметь:</b>	
У.1. - применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;	Демонстрация владения психологическими приемами в процессе деятельности, межличностного общения, самопрезентации
У.2. - использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;	Владение способами развития психических процессов (внимание, память, мышление) и эмоциональной саморегуляции на основе знаний их особенностей
У.3. - на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;	Умение строить перспективу профессионального развития с точки зрения соотношения возможностей, доступности и актуальности в современном мире и осуществление действий в этом направлении.
У.4. - планировать и составлять временную перспективу своего будущего;	Владение методикой претворения мечты в цель, осуществление действий по достижению цели.
У.5. - успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.	Демонстрация активности по пути адаптации в образовательной среде, понимание возможности самореализации во всех сферах жизни.
<b>Знать:</b>	
3.1. - необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;	Дает определения основных понятий: психология, личность, психические процессы, профессиональное самоопределение
3.2. - простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;	Владение знаниями о понятиях, механизмах реализации и способам развития психических процессов, методикой саморегуляции и регуляции поведения человека.



3.3. - современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;	Владение информацией о состоянии рынка в данное время, потребности рынка, квалификационные требования к работникам, включая здоровье.
3.4. - основные принципы и технологии выбора профессии;	Понимание основных принципов и технологий выбора профессии (тестирование, профконсультация)
3.5. - методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.	Владение методикой поиска необходимой информации и способах ее отбора, применения в повседневной жизни, профессиональной деятельности.
<b>ОК</b>	
ОК.01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Умеет распознавать задачу, анализировать и определять этапы решения задачи, составить план действия; реализовать составленный план; оценивать результат
ОК.02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности	Может определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать информацию; оформлять результаты поиска
ОК.03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие	Владеет навыками выстраивания траектории профессионального и личностного развития
ОК.04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами	Конструктивность взаимодействия с обучающимися в ходе обучения, четкое выполнение обязанностей при работе в команде и/или выполнении задания в группе; построение профессионального общения с учетом ситуации общения
ОК.05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	Через знания теоретических особенностей построения устной и письменной коммуникации практически применять навыки коммуникации на государственном языке РФ
ОК.06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей	Описывает значимость своей профессии; применяет стандарты антикоррупционного поведения.
ОК.07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Соблюдает нормы экологической безопасности; определяют направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого	Применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользуется средствами профилактики перенапряжения характерными для данной

уровня физической подготовленности	профессии
ОК 09 Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности	Применяет средства информационных технологий для решения профессиональных задач
ОК10 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	Понимает тексты на базовые профессиональные темы; кратко обосновывает и объясняет свои действия
ОК11 Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере	Выявляет достоинства и недостатки открытия собственного дела в профессиональной деятельности

**Разработчики:**

федеральное казенное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Новокузнецкий государственный гуманитарно-технический колледж-интернат» Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации

\_\_\_\_\_ / преподаватель первой категории Т.А. Радкевич

**ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АД.03 ПСИХОЛОГИЯ  
ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

/ см. файл ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ

<b>Дата внесения изменений: протокол МК от ____ 201__ г.</b>	<b>Место внесения изменения в структуре рабочей программы</b>	<b>Содержание изменения рабочей программы</b>
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		
Протокол № ____ от «__» ____ 20__ года		