

Федеральное казённое профессиональное образовательное учреждение
«Новочеркасский технологический техникум-интернат»
Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации
(ФКПОУ «НТТИ» Минтруда России)

РАССМОТРЕНО

На заседании ПЦК ОД, ОГСЭ, ЕН

Протокол № 1

от 31 августа 2022 г.

Председатель ПЦК  Машкина Ю.С.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УМР

ФКПОУ «НТТИ» Минтруда России

 Какеева В.А.

«31» августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

А.03. Психология личности и профессионального самоопределения

Для специальности:

29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий

Новочеркасск, 2022

Рабочая программа учебной дисциплины А.03. Психология личности и профессионального самоопределения разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий (утв. приказом Министерства образования и науки от 15 мая 2014 г. № 534, зарегистрировано в Минюсте России 26 июня 2014 г. № 32869)

Организация-разработчик: ФКПОУ «НТТИ» Минтруда России

Разработчик:

Бондаренко Л.Д., педагог – психолог высшей категории, преподаватель (внутренний совместитель) ФКПОУ «НТТИ» Минтруда России

Рецензенты:

Журавлева С.А., преподаватель высшей категории ФКПОУ «НТТИ» Минтруда России

Шевченко Н.П., зам.директора по учебно-методической работе ГБПОУ РО «НКПТиУ»

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Психология личности и профессионального самоопределения

1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины А.03. Психология личности и профессионального самоопределения является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальности СПО, 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий входящей в состав укрупненной группы специальностей 29.00.00. Технология лёгкой промышленности и может быть использована в профессиональном образовании по вышеуказанной специальности, а также для реабилитации инвалидов с различными заболеваниями.

1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина А.03. Психология личности и профессионального самоопределения определена в составе адаптационного учебного цикла. Изучение дисциплины направлено на формирование общих компетенций согласно ФГОС СПО по специальности 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий.

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

в результате освоения 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 так же 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 в новой социальной, образовательной и профессиональной среде

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 учебной и будущей профессиональной деятельности.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 57 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 38 часов;
самостоятельной работы обучающегося 19 часов.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	57
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	38
в том числе:	
теоретические занятия	32
практические занятия	6
контрольные работы	-
курсовая работа (проект)	-
Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающегося (всего)	19
в том числе:	
выполнение упражнений, систематическая проработка конспектов занятий, учебной литературы (по вопросам тем)	6
подготовка и оформление сообщений, электронных презентаций	5
подготовка к практическим работам, оформление отчетов по практическим работам	2
работа с диагностическим инструментарием	4
Подготовка к выполнению тестового контроля	2
Практическая подготовка	15
Итоговая аттестация <i>в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины А.03. Психология личности и профессионального самоопределения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	Практическая подготовка
1	2	3	4	
Введение в психологию профессиональной деятельности	Содержание учебного материала			
	Общее представление о предмете, задачах, методах в психологии профессиональной деятельности. Связь психологии профессиональной деятельности с некоторыми направлениями психологии. Классификация методов психологии профессиональной деятельности	2	1	
	Тематика самостоятельной работы: Входной контроль Проработка конспекта занятий	1		
	1 семестр			
Тема 1. Сущность профессионального самоопределения	Содержание учебного материала			2
	Концепции профессионального становления. Основные моменты профессионального становления. Содержательно – процессуальная модель профессионального становления. Типы самоопределения личности. Уровни саморазвития личности.	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Проработка конспекта занятий	1		
Тема 2. Проблемы выбора	Содержание учебного материала			

профессии	Профессиональные типы личности Выбор профессии компетентно и взвешенно Что влияет на выбор профессии Ошибки выбора профессии Внешние факторы выбора профессии Внутренние факторы выбора профессии	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Определение профессионального типа личности по Дж Холланду	1		
	Подготовка презентации на тему «Профессионально важные качества»			
Тема 3. Практическое занятие 1 «Изучение факторов привлекательности профессии»	Содержание учебного материала			2
	Самодиагностика: Матрица выбора профессии Методика изучения привлекательности профессиональной деятельности	2	2	
	Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: Составление отчета по результатам самодиагностики	1		
Тема 4. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий	Содержание учебного материала			2
	1. Структура профессиональной деятельности 2. Классификация профессиональной деятельности 3. Понятие профессиограммы и психограммы 4. Содержания труда, условия труда, требования профессии к человеку	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Определение предпочитаемой сферы профессионализации. Выполнение дифференциально - диагностического опросника Е.А. Климova Составить профессиограмму выбранной вами профессии. Написать наиболее важные требования, предъявляемые выбранной вами профессии. Обосновать свой выбор.	1	2	

Тема 5. Профессиональная непригодность	Содержание учебного материала	2	1	2
	1. Профнепригодность в конкретной профессии 2. Профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий 3. Уровни профессиональной пригодности 4. Современный рынок труда			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Назовите личные особенности делающие профнепригодным педагога, продавца, диктора, военного, оператора, водителя. 2. Как вы понимаете выражение: «Настоящая слава – это когда ваше имя ценится дороже чем ваша работа.»??	1	2	
	Проанализировать СМИ на предмет трудоустройства			
Тема 6. Технология выбора профессии, правильные ориентиры	Содержание учебного материала			
	1. Способы выбора профессии 2. Стратегии выбора профессии: профессиональный план 3. Здоровье и выбор профессии. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие «Неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по медицинским противопоказаниям. 4. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии.	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.	1	2	
Тема 7. Практическое занятие №2 «Профессионально важные качества»	Содержание учебного материала			
	Самодиагностика: Психометрический тест Определение социотипа личности (В.Мигель, А.Овчаров)	2	2	
	Составление отчета по результатам самодиагностики	1		
Тема 8. Технология успеха в профессиональной деятельности	Содержание учебного материала			
	1. Понятие успеха в профессиональной деятельности и динамика профессионального успеха 2. Психотехника профессионального успеха	2	1	

	3. Фактор целеполагания и профессиональный успех 4. Успешные стратегии построения профессиональной карьеры			
	Самостоятельная работа обучающихся Определение степени выраженности соответствующей карьерной ориентации. Выполнение теста Э. Шейна «Якоря карьера» Построение диаграммы «Профиль карьерных ориентаций» Подготовка к текущему тестовому контролю	1	2	
Тема 9. Личностные регуляторы выбора профессии	Содержание учебного материала			
	1.Образ «Я» 2.Самооценка 3.Уровень притязаний 4. Личный опыт	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Определение самооценки Определение уровня притязаний Исследование своего «Я», диагностика Т. Лири	1	2	
	Составление древа «Психологических качеств личности» Подборка материала для презентации «Моя карьера через пять-десять лет»			
Тема 10. Понятие о личности и ее структуре	Содержание учебного материала			
	1. Понятие личности. Уникальная личность каждого человека, многообразие личностных особенностей. 2. Структура личности. 3. Понятие потребностей по А. Маслоу.	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Определение выраженности основных мотивов. Выполнение методики «Диагностика личностных и групповых базовых потребностей» Построение индивидуального профиля выраженности основных мотивов	1	2	

	На пяти этажах пирамиды разместите пять основных потребностей человека (по А. Маслоу). В конце жизни А. Маслоу понял ограниченность своей классификации потребностей. Как вы думаете, в чем несовершенство его «пирамиды»?			
Тема 11. Психологические процессы и волевая регуляция деятельности человека	Содержание учебного материала			2
	1. Общее представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение, воспроизведение, узнавание и забывание). Условия развития памяти. 2. Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность). Наблюдательность как профессионально важное качество. Условия развития внимания. 3. Понятие воли. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Роль воли в процессе принятия волевых решений	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся Сравнительный анализ механического и смыслового запоминания Выполнение упражнения на развитие глазомера «Учимся рисовать и делить линии» Выполнение опросника «Какая у меня воля?»	2	2	
	Выполнение упражнения на развитие глазомера «Учимся делить геометрические фигуры» Подготовка сообщения на тему: «Значение памяти и внимания в моей профессиональной деятельности»			
Тема 12. Характер, темперамент и направленность личности	Содержание учебного материала			
	1. Общее представление о характере, акцентуациях характера. 2. Темперамент. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в профессиональной деятельности. 3. Психологические состояния (монотонность, утомление,	2	1	

	<p>психическая направленность в ситуации аварийности и риска) в трудовом процессе</p> <p>4. Роль направленности личности в профессиональном становлении.</p> <p>5. Стадии профессионального становления</p>			
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Выполнение методики «Опросник Иоваши», анализ результатов</p>	1	2	
	Анализ личного профессионального плана в части построения профессиональной карьеры			
Тема 13. Эмоциональные состояния личности	Содержание учебного материала			2
	<p>1. Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности.</p> <p>2. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, стрессовые состояния).</p> <p>3. Профессиональные стрессы</p> <p>4. Ознакомление с простейшими приемами психической саморегуляции</p>	2	1	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся:</p> <p>Определение стрессоустойчивости</p> <p>Отработка техник саморегуляции: «Поплавок в океане», «Ресурсное состояние»</p>	1	2	
Тема 14. Познание задатков и способностей	Содержание учебного материала			1
	<p>1. Общее понятие способностей.</p> <p>2. Классификация способностей.</p> <p>3. Основные характеристики способностей.</p> <p>4. Этапы формирования способностей.</p>	2	1	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся:</p> <p>Выполнение теста механической понятливости Беннета, определение общетехнических способностей</p>	1	2	
Тема 15. Практическое занятие	Содержание учебного материала			

№3 Социально-психологические установки мотивационно - потребностной сферы	1. Определение мотивации (методика Головахи). 2. Определение мотивации профессиональной деятельности (Замфир). 3. Диагностика мотивационной структуры Мильмана	2	2	
	Составление отчета по результатам самодиагностики	1		
Тема 16. Самопознание и самовоспитание личности	Содержание учебного материала			
	1. Сущность самопознания и самовоспитания 2. Методы самовоспитания 3. Этапы самовоспитания	2	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: Составление плана самовоспитания на неделю	2	3	
	Заполнение анкеты кандидата на должность. Подготовка эссе «Мой профессиональный выбор»		2	
Тема 17. Профессиональное самоопределение	Содержание учебного материала			2
	1. Сущность профессионального самоопределения 2. Стадии становления личности 3. Конфликты профессионального самоопределения	2	1	
	Подготовка к тестовому контролю по дисциплине «Психология личности и профессионального самоопределения». Подготовка защиты эссе	2	2	
Тема 18. Зачетное занятие	Выполнение контрольного теста. Защита презентации «Моя карьера через пять -десять лет»		3	
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>				
Всего		57		15

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)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально- техническое обеспечение

Для реализации рабочей программы адаптационной учебной дисциплины А.03. Психология личности и профессионального самоопределения в Новочеркасском технологическом техникуме-интернате используется учебный кабинет №220

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- стулья;
- доска классная;
- рабочее место преподавателя.

В кабинете №220 используется мультимедийное оборудование, посредством которого обучающиеся могут просматривать визуальную информацию, создавать презентации, видеоматериалы и т.п.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионно-программным обеспечением, с выходом в локальную сеть НТТИ, внутренний портал Bitrix, moodle и Интернет;
- мультимедийный проектор;
- экран проекционный;

Помещение кабинета удовлетворяет требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02), и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

В процессе освоения программы учебной дисциплины студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по психологии, имеющимся в свободном доступе в системе Интернет, (электронные книги, практикумы, тесты, и др.)

Обеспечение доступности обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Изложение учебного материала должно сопровождается визуальным представлением информации в виде презентаций, видеороликов, дополнительного раздаточного материала. Должна быть предусмотрена возможность использования дистанционных образовательных технологий: проведение учебных занятий, индивидуальных и групповых консультаций в режиме on- и off-line, создание электронной версии учебного курса и обеспечение доступа к нему в системе moodle.

Для ликвидации пробелов в знаниях, оказания консультативной

помощи студентам, пропустившим занятия, должны проводиться дополнительные консультации в соответствии с индивидуальным учебным графиком. В учебном процессе, а также при организации рабочего места обучающихся используются специализированные ассистивные (вспомогательные) средства:

для лиц с нарушением слуха:

- радио-класс "Сонет-Р"
- специализированные программные средства
- для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата:
- специализированные устройства ввода информации: клавиатура, мышь, джойстик
- для лиц с нарушением зрения:
- дисплей Брайля "РАСmate"
- специализированные программные средства: экранная лупа, скринридер JAWS for Windows

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

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. Сластенин [и др.] ; отв. ред. В. А. Сластенин, В. П. Каширин. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 232 с.
3. Психология и педагогика в 2 ч. Часть 2. Педагогика : учебник для СПО / В. А. Сластенин [и др.] ; под общ.ред. В. А. Сластенина, В. П. Каширина. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 374 с.

Интернет-ресурсы:

- 1.Центр тестирования и развития [Электронный ресурс]: Гуманитарные технологии. Профориентация: Кем стать. URL: <http://www.proforientator.ru>.
- 2.Academia [Электронный ресурс]: Издательский центр «Академия». www.academia-moscow.ru

Дополнительные источники

(при необходимости).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических работ, тестирования, а также сдачи обучающимися зачета.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Оценка результатов обучения
1	2
Умения:	
<ul style="list-style-type: none"> - 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 в новой социальной, образовательной и профессиональной среде 	<p>Применение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на практике полученных знаний и навыков в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими; -навыков реализации своих возможностей и адаптации к новой социальной, образовательной и профессиональной среде; - навыков использования простейших приемов развития и тренировки психических процессов, а также приемов психической саморегуляции в процессе деятельности и общения; - навыков выбора собственного пути профессионального обучения; - навыков планирования и составления временной перспективы своего будущего
Знания:	
<p>необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p>Демонстрация знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - методов и форм поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности; - простейших способов и приемов развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека; современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых

<p>требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные принципы и технологии выбора профессии; - методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности 	<p>профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;</p> <ul style="list-style-type: none"> - необходимой терминологии, основ и сущности профессионального самоопределения; - основных принципов и технологии выбора профессии
---	---