

Министерство образования и науки Мурманской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Мурманской области  
«Оленегорский горнопромышленный колледж»

Панас  
Наталья  
Викторов  
на

Подписано  
цифровой  
подписью:  
Панас Наталья  
Викторовна  
Дата: 2024.01.29  
15:39:31 +03'00'

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора  
по учебной работе  
\_\_\_\_\_ И.Р. Машнина  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Учебной дисциплины

*АКР.03 Психология личности и профессиональное  
самоопределение*

по специальности/профессии

16675 Повар (для лиц с ограниченными  
возможностями здоровья)

Оленегорск  
2023

Адаптированная программа Психология личности и профессиональное самоопределение профессионального обучения по программам профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностей служащих по профессии «Повар» обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на базе выпускников специальных (коррекционных) школ VIII вида без получения среднего общего образования, сроком обучения 1 год 10 месяцев, разработана с учетом Профессионального стандарта Повар, утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 08.09.2015 г. N 610н и методических рекомендаций по обучению, воспитанию детей с ОВЗ (с умственной отсталостью) с учетом их психофизических особенностей

**РАЗРАБОТЧИК:**

педагог-психолог ГАПОУ МО «ОГПК» Калиновская А.В.

**РАССМОТРЕНА**

на заседании методической комиссии общеобразовательных дисциплин  
Протокол № 1 от 29 сентября 2023г

**ПЕРЕУТВЕРЖДЕНА**

на заседании методической комиссии общеобразовательных дисциплин с изменениями  
(лист с внесенными изменениями прикладывается к рабочей программе)  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СТРУКТУРА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММЫ В  
ДРУГИХ ПООП**

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Учебная дисциплина Психология личности и профессиональное самоопределение является обязательной частью общеобразовательного цикла, адаптированной основной образовательной программы по профессии. Учебная дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

Рабочая программа предназначена для реализации дисциплины на очной форме обучения в группах для обучающихся с нарушением интеллектуального развития.

Рабочая программа воспитания реализуется интегрировано через содержание учебной дисциплины, планируемые результаты рабочей программы воспитания находят отражение в воспитательных целях каждого учебного занятия.

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

В результате изучения «Психологии общения» обучающийся инвалид или обучающийся с ограниченными возможностями здоровья должен:

### **знать/понимать:**

- 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.

### **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;

## **3. Содержание учебной дисциплины:**

Раздел 1. Теоретические и практические основы психологии личности и профессионального самоопределения.

Тема 1. Основные положения и ключевые понятия становления личности. Самопознание.

- Основные сведения о психологии личности.
- Структура личности. Психические процессы.
- Свойства личности.
- Факторы, оказывающие влияние на восприятие личности человека.
- Защитные механизмы личности.

Тема 1.2. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.

- Профессионально значимые качества личности.
- Определение понятия «профессиональная пригодность/непригодность»
- Степени профессиональной пригодности
- Система профессиональной подготовки кадров в России
- Технология выбора профессии. Выбор целей и средств их достижения на примере учебной жизни.

Тема 1.3. Личностные регуляторы выбора профессии.

- Подходы к проблеме выбора профессии
- Личностные характеристики как фактор выбора профессии
- Самооценка как ведущий фактор выбора профессии

Тема 1.4. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.

- Особенности профессионального самоопределения на разных этапах развития личности.
- Особенности юношеского периода.

Тема 1.5. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий.

- Классификация профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.
- Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы</b>	<b>30</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	30
<i>Самостоятельная работа <sup>1</sup></i>	0
<i>Практические занятия</i>	0
<b>Итоговая аттестация в форме зачета</b>	<b>2</b>

#### 4.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
Раздел 1. Теоретические и практические основы психологии личности и профессионального самоопределения.		<b>30</b>
Тема 1. Основные положения и ключевые понятия становления личности. Самопознание.	1. Основные сведения о психологии личности.	2
	2. Структура личности. Психические процессы.	2
	3. Свойства личности.	2
	4. Факторы, оказывающие влияние на восприятие личности человека.	2
	5. Защитные механизмы личности.	2
Тема 1.2. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.	1. Профессионально значимые качества личности.	2
	2. Определение понятия «профессиональная пригодность/непригодность»	1
	3. Степени профессиональной пригодности	1
	4. Система профессиональной подготовки кадров в России	2
	5. Технология выбора профессии. Выбор целей и средств их достижения на примере учебной жизни.	2
Тема 1.3. Личностные регуляторы выбора профессии.	1. Подходы к проблеме выбора профессии	2
	2. Личностные характеристики как фактор выбора профессии	2
	3. Самооценка как ведущий фактор выбора профессии	2
Тема 1.4. Профессиональное самоопределение на разных стадиях	1. Особенности профессионального самоопределения на разных этапах развития личности.	1

возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.	2. Особенности юношеского периода.	1
Тема 1.5. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий.	1. Классификация профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.	2
<b>Промежуточная аттестация: зачет</b>		<b>2</b>
<b>Всего</b>		<b>30</b>



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

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения кабинет «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин», оснащенный оборудованием:

- посадочные места по количеству обучающихся,
- место преподавателя,
- комплект учебно-наглядных пособий,
- комплект учебно-методической документации, в том числе на электронном носителе (учебники и учебные пособия, карточки-задания, комплекты тестовых заданий, методические рекомендации и разработки);
- техническими средствами обучения:
- персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением с доступом к сети Интернет;
- оргтехника;
- мультимедийный проектор.

#### **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. Долматова, С.В. Сознательный выбор профессии как признак личностной зрелости субъекта / С.В. Долматова. Материалы научн. конференции. - М.: Норма, 2014.
2. Зеер, Э.Ф. Профессионально-образовательное пространство личности. / Э.Ф. Зеер. - Екатеринбург: Деловая книга, 2012.
3. Зеер, Э.Ф. Психология профессий. / Э.Ф. Зеер. - Екатеринбург: Деловая книга, 2009.
4. Исмагилова, Ф.С. Основы профессионального консультирования. / Ф.С. Исмагилова. - М.: Аспект Пресс, 2013.

## 6. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

6.1 Дополнения и изменения к рабочей программе на \_\_\_\_\_ учебный год по дисциплине \_\_\_\_\_

В рабочую программу внесены следующие дополнения/изменения:

---

---

---

---

---

6.2 Дополнения и изменения в рабочей программе обсуждены на заседании МК

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. (протокол № \_\_\_\_\_).

Председатель МК \_\_\_\_\_ (ФИО)

Дополнения и изменения к рабочей программе на \_\_\_\_\_ учебный год по дисциплине \_\_\_\_\_

В рабочую программу внесены следующие дополнения/ изменения:

---

---

---

---

---

Дополнения и изменения в рабочей программе обсуждены на заседании МК

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г. (протокол № \_\_\_\_\_).

Председатель МК \_\_\_\_\_ (ФИО)