

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области  
«АЛАПАЕВСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

Рассмотрена на заседании  
методического совета техникума  
Протокол № 1 от 27.08.2020 г.

Утверждаю \_\_\_\_\_ Т.И. Кургузкина  
Директор ГАПОУ СО «АМТ»  
« 27 » августа 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**АУД. 02 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**  
по адаптированной образовательной программе – программе профессиональной подготовки  
рабочих из числа лиц ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальные нарушения)

**13249 КУХОННЫЙ РАБОЧИЙ**

Рабочая программа адаптационной учебной дисциплины

АУД.02 **Психология личности и профессиональное самоопределение** разработана на основе:

п. 28 ст.2, п.6 ст.28, п.1, п.2, п.3, п. 4 ст.79 Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273;

приказа Минобрнауки РФ от 18.04.2013 г. № 292 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления ФГОС образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014;

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);

АД «Психология личности и профессиональное самоопределение» направлена на формирование у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта) представлений о мире профессий, жизненном и профессиональном самоопределении личности, основах профориентации.

*Организация-разработчик:* государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Алапаевский многопрофильный техникум» г. Алапаевск

Разработчик:

Калинина Елена Анатольевна, преподаватель

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Психология личности и профессиональное самоопределение»

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа адаптационной учебной дисциплины АУД.02 Психология личности и профессиональное самоопределение является частью адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки рабочих из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (нарушение интеллекта)  
**по профессии 17543 Рабочий по благоустройству населённых пунктов.**

## 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Адаптационный учебный цикл

Изучение АУД «Психология личности и профессиональное самоопределение» является необходимым звеном в системе подготовки и переподготовки рабочих кадров. Учебная дисциплина логически, содержательно и методически взаимосвязана с дисциплинами общеобразовательного, общепрофессионального цикла и междисциплинарными курсами профессионального цикла. Дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» позволяет обучающимся получить навыки межличностного общения.

## 1.3. Характеристика группы, в которой реализуется программа:

Программа предназначена для слушателей с ОВЗ с умственной отсталостью. 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. При обучении следует разговаривать спокойным тоном, проявлять доброжелательность и терпение

## 1.4. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

**Цель:** формирование психолого-педагогической культуры обучающихся с ОВЗ (нарушение интеллекта), способности использовать полученные знания для решения задач личного саморазвития, самосовершенствования, а также эффективной профессиональной социализации.

### Задачи:

1. Уметь толерантно воспринимать и адекватно оценивать свои профессиональные и личностные возможности, с учетом индивидуальных характерологических особенностей, целей, мотивов, состояний.
  2. Иметь представление о структуре личности, самосознании, мотивационно-потребностной сфере, направленности личности.
  3. Иметь представление о направлениях и средствах саморазвития в межличностной и профессиональной сферах.
  4. Иметь представление о способах профессионального самоопределения
- В результате освоения дисциплины обучающийся 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

**уметь**

– применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;

– успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;

– 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 осознанные и адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения; планировать и составлять временную перспективу своего будущего;

**владеть**

– навыками применения на практике полученных знаний и навыков в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими.

– навыками реализации своих возможностей и адаптации к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.

**1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося - **51 час**,

в том числе:

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

самостоятельной работы обучающегося - **17 часов**.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Психология личности и профессиональное самоопределение

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>51</b>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	34
в том числе:	
теоретические занятия	22
практические занятия	12
зачет	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	17
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

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

Наименование разделов и тем	№ урока	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4	5
Тема 1. Личностные регуляторы выбора профессии	<b>Содержание учебного материала</b>		9	1
	1	Понятие личности, ее структура.		
	2	Направленность личности		
	3	Темперамент.		
	4	Характер.		
	5	Познавательные процессы		
	6	Волевая регуляция деятельности человека		
	7	Познание задатков и способностей		
	8	Самопознание. Самовоспитание личности.		
	9	Личностные регуляторы выбора профессии		
	<b>Практические занятия</b>		7	2
	10	Направленность личности. Иерархия потребностей А. Маслоу		
	11	Тест: Типы личности (психогеометрия)		
	12-13	Исследование задатков и способностей личности		
	14	Приемы саморегуляции		
	15-16	Определение типа темперамента	1	2
	17	<b>Проверочная работа</b>		
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		9		
– Привести примеры различных психических явлений				
– Выполнить задание для тренировки памяти				
– Сравнить понятия индивидуальность и личность				
– Записать виды эмоций				
– Тест: «Волевой ли вы человек»				
– Определение типа темперамента у одного из знакомых				
– Описать характер человека, который, по вашему мнению соответствует идеальному человеку вашей профессии				
– Тест: « Коммуникативные и организаторские способности»				
Тема 2. Психология профессиональной деятельности	<b>Содержание учебного материала</b>		9	1
	18	Психология профессиональной деятельности		
	19	Сущность профессионального самоопределения		
	20	Профессиональное самоопределение личности		
	21	Технология выбора профессии		
	22	Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека		
	23	Проблемы выбора профессии		
	24	Профессиональная непригодность		
	25	Профессия, специальность, специализация		

	26	Основные классификации профессий		
	<b>Практические занятия</b>			
	27	Основные классификации профессий	5	2
	28-29	Тест: Типы личностей (соответствие профессий)		
	30-31	Дифференциально-диагностический опросник (ДАО)		
	32	<b>Проверочная работа</b>	1	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		8	
	– Описать свои личные профессиональные и жизненные планы			
	– Перечислить свои способности, интересы и склонности			
	– Дайте определение понятиям «профессиональная пригодность» и «профессиональный отбор».			
	– Какую из профессий вы могли бы выбрать в качестве второй своей специальности? Дайте обоснование своего выбора			
Итоговое занятие	33-34	<b>Дифференцированный зачет по дисциплине</b>	2	2
			<b>Всего</b>	<b>51</b>
			<b>аудиторных часов</b>	<b>34</b>
			<b>самостоятельной работы</b>	<b>17</b>



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ АДАПТИВНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации учебной дисциплины имеется учебный кабинет.

Оборудование учебного кабинета: 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, документ-камера, экран.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### Основные источники:

1) Караванова, Л. Ж. Психология. Учебное пособие для бакалавров [Электронный ресурс] / Караванова Л. Ж.. - Москва : Дашков и Ко, 2014. - 264 с. - (Учебные издания для бакалавров) Полный текст находится в ЭБС "Университетская библиотека онлайн".

2) Общая психология. Тексты. В 3-х томах Том 3. Субъект познания. Книга 3 [Электронный ресурс] / : Ю. Дормашев, С. Капустин, В. Петухов. - Москва : Когито-Центр, 2013. - 616 с. Полный текст находится в ЭБС "Университетская библиотека онлайн".

3) Волкова, Т. Г. Психология самосознания. Учебное пособие [Электронный ресурс] / Волкова Т. Г.. - Москва: Директ-Медиа, 2013. - 296 с. Полный текст находится в ЭБС "Университетская библиотека онлайн".

##### Дополнительные источники:

1) Гуревич, Павел Семенович. Психология личности : учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / П. С. Гуревич. - М. : ЮНИТИ, 2009. - 559 с. : ил.; 22. -(Актуальная психология). - Библиогр. в конце гл.. - 3000 экз.

2) Шубницына, Татьяна Владиславовна. Психология личности: психологический практикум : учеб. пособие / Т. В. Шубницына ; ВятГУ, ГФ, каф. ОиСП. - Киров : [б. и.], 2009. - 106 с.. - Библиогр.: с. 106

3) Куликов, Леонид Васильевич. Психология личности в трудах отечественных психологов / Л. В. Куликов. - СПб. : Питер, 2009. - 460 с.. - (Хрестоматия). -Библиогр.: с. 458-460

4) Психология личности. Тексты [Электронный ресурс]. - Москва : Директ-Медиа, 2008. - 658 с.. - (Психология: Классические труды) Полный текст находится в ЭБС "Университетская библиотека онлайн".

5) Мир психологии: науч.-метод. журн. / РАО, Рос. академ. гос. службы при президенте РФ, Моск. психолого-соц. ин-т. - Воронеж: [б. и.](2005г., N1-4; 2004г., N1-4; 2003г., N1-4; 2002г., N1-4)

6) Психологический журнал / РАН. - М.: Наука(2009г., N1-4)

#### 3.3. Направление работы и методические приемы

Данная программа предназначена для проведения занятий с использованием различных методических форм и средств: лекций, самостоятельной работы с психологической литературой, деловых игр, тренингов. Реализация дисциплины предполагает использование приемов профессионального консультирования студентов с ОВЗ с целью их более эффективной социальной адаптации, а также дальнейшей личностной и профессиональной социализации

Обучение предполагает следующие *формы занятий*:

– аудиторные групповые занятия под руководством преподавателя носят практико-ориентированный характер;  
– обязательная самостоятельная работа обучающегося по заданию преподавателя, выполняемая во внеаудиторное время, в том числе с использованием технических средств обучения;

– индивидуальная самостоятельная работа обучающегося под руководством преподавателя;

– индивидуальные консультации.

*Методические приемы*

– ориентация в пространстве (физкультминутки, начерти таблицу без линейки, найди ошибку);

– развитие глазомера (начерти таблицу без линейки для кроссворда, крестики и нолики, третий (четвёртый, пятый) лишний, мозаика, ребусы);

– развитие внимания (проговаривание хором, анаграммы - перестановка букв в слове (работа с терминами), характеристика (описание) объекта, воспроизведение обучающимися информации после её написания на доске и последующего стирания, работа с карточками, на которых написана определённая информация, шифрование терминов, (отдельным буквам соответствуют цифры, расшифровка происходит с помощью ключа), всякому слову своё место – расстановка слов в предложении-определении, найди ошибку, кроссворды, чайнворды, третий (четвёртый, пятый) лишний, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку, восполни пропуски (коэффициенты, формулы), по рисункам охарактеризуй (процесс, области применения), мозаика, найди родственников, лото, ребусы, головоломки, тест, снежный ком, физкультминутки).

– развитие памяти (проговаривание хором, заучивание вслух (в полголоса), бросание мяча (вопрос – ответ), словарный диктант, составление плана, найди ошибку, кроссворды, чайнворды, третий (четвёртый, пятый) лишний, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), загадки, шарады, метаграммы, логогрифы, криптограммы, допиши предложение, по рисункам охарактеризуй объект или процесс, стихи, синквейны, сказки, найди родственников, лото, тест, физкультминутки).

– развитие мышления (шифрование терминов, названий веществ (отдельным буквам соответствуют цифры,

расшифровка происходит с помощью ключа, составление плана, найди ошибку, кроссворды, чайнворды, третий (четвёртый, пятый) лишний, логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку, загадки, допиши предложение, по рисункам охарактеризуй (процесс, области применения), мозаика, пирамида, лабиринт, стихи, синквейны, сказки, найди родственников, лото, ребусы, головоломки, тест).

– развитие мелкой моторики рук (физкультминутки, бросание мяча (вопрос – ответ), работа с разными материалами).

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <p><b>знать</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности;</li> <li>– 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;</li> <li>– необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения; основные принципы и технологии выбора профессии</li> </ul> <p><b>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>– успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;</li> <li>– 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 осознанные и адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения; планировать и составлять временную перспективу своего будущего;</li> </ul> <p><b>владеть</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками применения на практике полученных знаний и навыков в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими.</li> <li>– навыками реализации своих возможностей и адаптации к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.</li> </ul>	<p>Формы и методы контроля определяются с учетом индивидуальных особенностей обучающихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– устный опрос;</li> <li>– письменный опрос (тестирование, работа по карточкам, разбор ситуаций, вопросы для самоконтроля, письменные ответы на вопросы, выполнение практических работ, и др.);</li> <li>– проверка ведения тетрадей;</li> <li>– внеаудиторная самостоятельная работа;</li> <li>– дифференцированный зачет.</li> </ul>

#### Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

##### Этап: Текущий контроль успеваемости по дисциплине

Результаты контроля знаний на данном этапе оцениваются по следующей шкале с оценками: Аттестация (аттестовано, не аттестовано)

Оценка	Критерий оценивания		
	знает	умеет	владеет
Аттестовано	особенности функционирования познавательных процессов; структуру личности	охарактеризовать особенности функционирования познавательных процессов, использовать психологическую терминологию	способностью узнавать познавательные процессы личности по описанию и определению

##### Этап: Промежуточная аттестация по дисциплине в виде зачета

Результаты контроля знаний на данном этапе оцениваются по следующей шкале с оценками: Зачет (зачтено, не зачтено)

Оценка	Критерий оценивания		
	знает	умеет	владеет
Аттестовано	особенности функционирования познавательных процессов; структуру личности	критически оценивать свои познавательные процессы;	навыками оценки собственных познавательных процессов;