

Филиал государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования Московской области «Университет «Дубна» -  
Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение**

Специальность среднего профессионального образования

**13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание  
электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)**

Квалификация выпускника - **техник**

Форма обучения - очная

Рабочая программа адаптационной учебной дисциплины АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям).

Рабочая программа разработана на основе Методических рекомендаций по разработке рабочих программ учебных дисциплин для преподавателей среднего профессионального образования, утвержденных Научно-методическим советом филиала «Лыткарино» ГБОУ ВО МО «Университет «Дубна» в качестве учебно-методического пособия для преподавателей (Протокол № 2 от «12» ноября 2020г.).

Составитель программы: Картакаева Э.А., методист ЛПГК

Рабочая программа рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии электромеханических дисциплин.

Протокол заседания № 10 от «12» мая 2021г.

Председатель предметно-цикловой комиссии \_\_\_\_\_ Кублановская Г.М.

*(подпись)*

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора филиала  
по учебно-методической работе \_\_\_\_\_

*(подпись)*

Александрова М.Э.

«14» мая 2021г.

Представитель работодателя:

Максимов Илья Юрьевич, заместитель начальника УТЗН, филиал ПАО "ОДК-УМПО"

Лыткаринский машиностроительный завод

*(подпись)*

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины .....	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины .....	5
3. Специальные условия реализации программы учебной дисциплины .....	9
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины .....	11

# 1. Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины

## АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная адаптационная дисциплина АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение является дисциплиной по выбору и входит в вариативную часть общепрофессионального цикла основной образовательной программы по специальности среднего профессионального образования 13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям), квалификация специалиста среднего звена – техник.

Учебная адаптационная дисциплина АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС СПО по специальности 13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям). Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии компетенций: ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1.

При необходимости, в соответствии с индивидуальным учебным графиком, разработанным для конкретного обучающегося с инвалидностью и/или ОВЗ, сроки освоения дисциплины могут быть увеличены при сохранении ее общей трудоемкости.

Учебная адаптационная дисциплина АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение может быть реализована с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, при возникновении такой необходимости.

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1	<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 психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;</li><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</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- необходимая терминология, основы и сущность профессионального самоопределения;</li><li>- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями;</li><li>- основные механизмы психической регуляции поведения человека;</li><li>- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемые профессией требования 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</li></ul>

	социальной, образовательной и профессиональной среде	и	деятельности
--	--	---	--------------

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов	Из них с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий <sup>1</sup>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>42</b>	<b>36</b>
<b>Во взаимодействии с преподавателем, в том числе:</b>	36	-
теоретическое обучение	36	36
самостоятельная работа	6	-
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – в 7 семестре.</b>		

<sup>1</sup> Применяется при возникновении такой необходимости.

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Из них с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4	5
<b>Тема 1.</b> Основные концептуальные положения и ключевые понятия становления личности. Стадии профессионального становления личности	<b>Содержание</b> Ключевые понятия о развитии личности Факторы, движущие силы и стадии профессионального становления личности Взаимодействие индивидуального, личностного и профессионального развития личности	3	3	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 2.</b> Понятие «профессия». Классификация современных профессий	<b>Содержание</b> Подходы к определению понятия «профессия» Классификация профессий Психологическая структура профессиональной деятельности	3	3	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 3.</b> Содержание и структура профессиограммы	<b>Содержание</b> Метод профессиографии Профессиограммы и их виды Содержание и структура профессиограмм Принципы профессиографирования Схемы профессиографирования	4	4	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 4.</b> Сущность профессионального самоопределения личности	<b>Содержание</b> Понятие «профессиональное самоопределение личности» Факторы профессионального самоопределения личности Сущность и результат профессионального самоопределения личности. Психологические «пространства» самоопределения личности	3	3	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1

<b>Тема 5.</b> Профессиональное самоопределение на разных стадиях развития личности	<b>Содержание</b>			
	Особенности профессионального самоопределения Подростковый возраст: учебно-профессиональные намерения и профессионально ориентированные мечты Учебно-профессиональное самоопределение в юности	3	3	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 6.</b> Этапы и кризисы профессионального самоопределения	<b>Содержание</b>			
	Основная проблема кризисов профессионального самоопределения личности Виды противоречий в ходе развития субъектов профессионального самоопределения Психологические особенности кризисов становления профессионального самоопределения личности	4	4	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 7.</b> Методы диагностики профессионального самоопределения	<b>Содержание</b>			
	Методики определения компонентов профессионального самоопределения студентов Активные методы профессионального самоопределения Построение личной профессиональной перспективы	4	4	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 8.</b> Ценностно-смысловое значение профессионального самоопределения	<b>Содержание</b>			
	Проблема гуманитаризации труда в современных условиях. Роль СМИ в формировании профессиональных и жизненных стереотипов Условия построения успешной карьеры	3	3	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 9.</b> Самовоспитание и самопознание	<b>Содержание</b>			
	Условия личностной самореализации Понятие и сформированность представлений личности о себе Компетентность Кризисы и конфликты в жизни человека Способы разрешения Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов	3	3	ОК 01-09, ПК 2.3, ПК 3.1
<b>Тема 10.</b>	<b>Содержание</b>			

<p>Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода</p>	<p>Стадии профессионального становления          Профессиональные намерения и осознанные желания в процессе выбора профессии          Профессиональное обучение – профессиональная подготовка          Профессиональная адаптация          Оптимальный уровень профессиональной активности          Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности          Изменение характера профессиональной деятельности          Проявление активности на стадии профессионального мастерства          Профессиональное мастерство</p>	<p>5</p>	<p>5</p>	<p>ОК 01-09,          ПК 2.3,          ПК 3.1</p>
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b>          1. Подготовка докладов по темам:          - Сущность профессионального самоопределения          - Технология выбора профессии          - Характер, темперамент и направленность личности          - Познание задатков и способностей          - Гуманитаризация труда в современной России          - Критерии профессиональной успешности          2. Заполнение таблицы «Психологические особенности профессиональных кризисов»          3. Подготовка эссе по темам:          - Что есть профессиональное мастерство в моей профессии?          - Почему я выбрал профессию электромонтера по ремонту и обслуживанию электрооборудования?</p>		<p>6</p>		
<p style="text-align: right;"><b>Дифференцированный зачет</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>1</b></p>		
<p style="text-align: right;"><b>Всего:</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>42</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>36</b></p>	
<p style="text-align: right;"><b>в т. ч. лекции</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>36</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>36</b></p>	
<p style="text-align: right;"><b>самостоятельная работа</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>6</b></p>		



### 3. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

В рамках смешанного обучения при изучении дисциплины используется электронное обучение, дистанционные образовательные технологии.

Используются электронные образовательные ресурсы платформ:

Moodle - адрес в сети «Интернет»: <https://lpgk-online.ru/>;

Discord - адрес в сети «Интернет»: <https://discord.com/>.

#### 3.1. Материально-техническое оснащение программы учебной дисциплины

Для реализации программы учебной адаптационной дисциплины предусмотрена специально оборудованная учебная аудитория с учетом потребностей лиц с ограниченными возможностями здоровья.

##### Оборудование:

- посадочные места по количеству студентов;
- комплект рабочего места преподавателя;
- комплект учебно-методической литературы;
- дидактический материал;
- тестовые задания.

##### Технические средства:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- принтер;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- аудиотехника (акустический усилитель и колонки);
- видеотехника;
- другие технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах.

##### Программное обеспечение:

- пакет программ MICROSOFT OFFICE;
- пакет программ ADOBE.

Материально-техническое обеспечение дисциплины, помимо стандартного оборудования и технических средств обучения включает и специальные средства обучения:

– лекционная аудитория (кабинет) – мультимедийное оборудование, электронные увеличители для удаленного просмотра (для студентов с нарушениями зрения), раздаточный материал в доступном формате, специализированные рабочие места (оборудуются при необходимости);

– библиотека – 6 специализированных рабочих мест с персональными компьютерами для работы с электронным каталогом, электронными библиотеками, поисковыми системами сети «Интернет».

#### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы учебной дисциплины библиотечный фонд колледжа имеет следующие печатные, электронные образовательные и информационные ресурсы.

##### 3.2.1. Печатные издания

1. Технология поиска работы и трудоустройства: учебное пособие / А.М. Корягин [и др.]; рецензенты И.А. Волошина, Н.Ф. Родичев. - 5-е изд., стер. - М.: Академия, 2018. - 112с. - ISBN 978-5-4468-6751-6

### 3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Немов, Р.С. Общая психология в 3 т. Том I. Введение в психологию: учебник и практикум для среднего профессионального образования/ Р.С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 726 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-14635-6. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/478084> (дата обращения: 28.04.2021).
2. Немов, Р. С. Общая психология в 3 т. Том III в 2 кн. Книга 1. Теории личности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 349с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-10271-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456499> (дата обращения: 28.04.2021).
3. Сайт Профессиональное самоопределение - <http://bookw.narod.ru/zeer.htm>
4. Сайт Профорientация - <http://proforient.ucoz.ru/index/0-14>
5. «Консультант Плюс» - Законодательство РФ: кодексы, законы, указы, постановления Правительства Российской Федерации, нормативные документы [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.consultant.ru>
6. **Электронно-библиотечные системы:**
  - ЭБС Лань;
  - ЭБС Университетская библиотека онлайн;
  - ЭБС ЮРАЙТ;
  - ЭБС Академия.

### 3.2.3. Дополнительные источники:

1. Елисеева Л.Я. Педагогика и психология планирования карьеры: учебное пособие для среднего профессионального образования / Л.Я. Елисеева. — 2-е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2021. — 242с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11411-9. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/476253> (дата обращения: 28.04.2021).
2. Сарычев, С.В. Социальная психология. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования / С.В. Сарычев, О.В. Чернышова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 74с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08958-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472463> (дата обращения: 28.04.2021).

Обучающиеся обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами (программы, учебники, учебные пособия, материалы для самостоятельной работы и т.д.) в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Учебно-методический материал по дисциплине, включающий в себя рабочую программу с методическими рекомендациями для студентов и курсом лекций, предоставляется студенту с ограниченными возможностями в печатном и электронном виде. При этом информация подается в формах, адаптированных для студентов с конкретными ограничениями их здоровья:

- для студентов с нарушениями зрения – в печатной форме с увеличенным шрифтом, в электронной форме; в форме аудиофайла и на языке Брайля (при необходимости);
- для студентов с нарушениями слуха – в печатной форме и в форме электронного документа;
- для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата – в печатной форме и в форме электронного документа; аудиофайла (при необходимости).

Для студентов с ограниченными возможностями зрения используется следующее специализированное программное обеспечение: программное обеспечение экранного

доступа (JAWS для Windows, Focus 40 Blue); программное обеспечение OpenBook; экранный диктор (специальные возможности Windows).

### **3.3. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Совместно с администрацией колледжа условия для профессионального обучения инвалидов и лиц с ОВЗ создают педагог-психолог, социальные педагоги, преподаватели колледжа и другие члены трудового коллектива, осуществляющие подготовку инвалидов и лиц с ОВЗ, выполняющие воспитательные функции и участвующие в организации, проведении и методическом обеспечении образовательного процесса. Медицинский работник совместно с администрацией и педагогами колледжа отвечают за охрану здоровья обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ и укрепление их психофизического состояния.

Педагогические работники, участвующие в реализации программы адаптационной дисциплины, регулярно проходят курсы повышения квалификации, знакомы с психофизическими особенностями обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и учитывают их при организации образовательного процесса, владеют педагогическими технологиями инклюзивного обучения и методами их использования в работе с инклюзивными группами обучающихся. Часть из них проходят профессиональную переподготовку в области технологий инклюзивного образования, специальной педагогики или специальной психологии.

Для оказания помощи в освоении учебного материала, объяснения и подкрепления содержания тем, для дополнительных индивидуальных консультаций и занятий с обучающимися инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья привлекаются хорошо успевающие обучающиеся. Согласно актуальным нормативным документам уделяется внимание индивидуальной работе специалистов сопровождения и преподавателей с обучающимися инвалидами и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья в таких формах взаимодействия, как: аргументативно-ориентированное разъяснение, контекстно углубленное изучение учебного материала, индивидуальная социокультурная работа. Эти формы работы способствуют установлению неформального, лично значимого контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, образованию межпоколенных микросоциумов.

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

Контроль и оценка результатов освоения адаптационной дисциплины АД.01. Психология личности и профессиональное самоопределение осуществляется в ходе текущего контроля индивидуальных образовательных достижений, промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья позволяет своевременно выявить затруднения и отставание в обучении и внести коррективы в учебную деятельность. Форма контроля для обучающихся устанавливается с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Текущий контроль проводится преподавателем следующими формами и методами: устный опрос, тестирование, решение производственных (проблемных) ситуаций, беседа, защита докладов, проверка выполненных самостоятельных внеаудиторных работ.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета. При необходимости для инвалидов и лиц с ОВЗ предусматривается увеличение времени на подготовку к зачету, а также предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете.

Для обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья осуществляется входной контроль, назначение которого состоит в определении его

способностей, особенностей восприятия и готовности к освоению учебного материала. Форма входного контроля для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена в форме тестирования. При необходимости обучающимся предоставляется дополнительное время для подготовки ответа.

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<b>Умения:</b>		
применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими	демонстрация на практике умений взаимодействия с окружающими	устный опрос, письменный опрос, самостоятельная работа, дифференцированный зачет
использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения	демонстрация использования приёмов 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	демонстрация построения профессиональной траектории деятельности	
планировать и составлять временную перспективу своего будущего	демонстрация умений осуществлять планирование собственной деятельности	
успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде	демонстрация возможностей адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде	
<b>Знания:</b>		
необходимая терминология, основы и сущность профессионального самоопределения	основные термины, обосновывать сущность профессионального самоопределения	устный опрос, письменный опрос, тест, самостоятельная работа, дифференцированный зачет
простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека	способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями	
современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью	современное состояние рынка труда, мир профессий	
основные принципы и технологии выбора профессии	описание основных принципов и технологии выбора профессии	
методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности	описание технологий поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности	

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Оценка образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

<b>Качество освоения программы</b>	<b>Уровень достижений</b>	<b>Отметка по пятибалльной шкале</b>	<b>Отметка по дихотомической системе «зачтено – не зачтено»</b>
90-100%	высокий	«5»	зачтено
66-89%	повышенный	«4»	зачтено
50-65%	средний	«3»	зачтено
меньше 50%	ниже среднего	«2»	не зачтено