

Областное государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Димитровградский технический колледж»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

***АД.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ***

*профессионального обучения
по адаптированной программе профессиональной подготовки
по профессии рабочего должности служащего
для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
16199 «Оператор электронно-вычислительных и вычислительных
машин»*

Димитровград
2023

Организация-разработчик: областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Дмитровградский технический колледж»

РАССМОТРЕНО

на заседании цикловой комиссии
«Дисциплины общепрофессионального
цикла и профессиональные модули
специальностей «Сварочное
производство», «Строительство и
эксплуатация зданий и сооружений», а
также адаптированных программ для лиц
с ограниченными возможностями
здоровья»

Протокол заседания ЦК № 10
от «08» июня 2023 г

РЕКОМЕНДОВАНО

Научно-методическим советом
ОГБПОУ ДТК
Протокол № 5
от «20» июня 2023 г

Разработчик:

Глухова О.Н. - преподаватель ОГБПОУ ДТК

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

АД.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью адаптированной основной образовательной программы профессионального обучения по профессии рабочего, должности служащего 16199 «Оператор электронно-вычислительных и вычислительных машин».

Рабочая программа разработана с учетом особенностей образовательных потребностей инвалидов и лиц ОВЗ с учетом возможностей их психофизического развития и их возможностями и методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования утвержденные директором Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Науки России от 20 апреля 2015г.№06-830.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными организациями профессионального образования, реализующими основные программы профессионального обучения адаптированные для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Освоение рабочей программы учебной дисциплины возможно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» принадлежит к адаптационному циклу.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины, требования к результатам её освоения

Цель:

Формирование психолого-педагогической культуры студентов, включая студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), способности использовать полученные знания для решения задач личностного саморазвития и самосовершенствования, а также эффективной профессиональной социализации.

Задачи дисциплины:

1. Создание условий для толерантного восприятия и адекватного оценивания своих профессиональных и личностных возможностей, с учетом индивидуальных характерологических особенностей, целей, мотивов, состояний.

2. Формирование представлений о структуре и направленности личности, самосознании и мотивационно-потребностной сфере, о направлениях и средствах саморазвития в межличностной и профессиональной сферах, о способах профессионального самоопределения.

В результате освоения дисциплины студент 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 профессии осуществлять осознанный и 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 дисциплины студент 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.

1.4. Количество часов на освоение учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 74 часа, в том числе:
обязательной учебной нагрузки обучающегося – 74 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**2.1. Объем программы и виды работы**

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	74
Обязательная учебная нагрузка (всего)	74
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	-
контрольные работы	-
Итоговая аттестация в форме зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Количество часов	Уровень освоения
1	2	3	4
1 семестр 34 часа			
Раздел 1. Психология личности		52	
Тема 1.1. Введение	Знать: 1. Понятие «психология». 2. Предмет и задачи психологии личности (что изучает психология личности). Уметь: 1. Соотносить понятия и определения. 2. Работать по образцу.	2	1
	Содержание учебного материала 1. Понятие о психологии личности. История развития психологии как науки, предмет и задачи психологии личности. Игры на знакомство «Свеча» и «Самолет». Тестирование «Каковы Вы в общении?»	2	
Тема 1.2. Личность.	Знать: 1. Понятия «человек», «индивидуальность», «личность». 2. Сходства и различия данных понятий. 3. Структуру личности. 4. Особенности формирования и развития личности. 5. Проблемы устойчивости личности. Уметь: 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать свою точку зрения. 3. Представлять информацию в измененном виде (составлять таблицы).	8	2
	Содержание учебного материала 1. Человек. Индивидуальность. Личность. Понятия «человек», «индивидуальность», «личность», их сходства и различия. Определяющие факторы и черты характера, формирующие авторитетную личность. 2. Структура личности. Понятие о структуре личности и ее составляющих. Индивидуальная письменная работа «Какого	2 2	

	<p>человека я уважаю?»»</p> <p>3. Формирование и развитие личности. Теория развития личности по Э. Эриксону. Составление таблицы «Стадии развития личности» (по Э.Эриксону).</p> <p>4. Проблема устойчивости личности. Вопросы развития, трансформации и деформации личности.</p>	2	
Тема 1.3. Способности.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия «способности» и «задатки», понимать разницу между этими понятиями. 2. Виды способностей. 3. Природу человеческих способностей. 4. Способы развития способностей. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать свою точку зрения. 	8	2
	<p>Содержание учебного материала</p>		
	<p>1. Понятие о способностях. <i>Деловая игра «Способности».</i> Способности: структура, виды и уровни развития. Связь способностей со знаниями и умениями, с деятельностью и направленностью личности.</p>	2	
	<p>2. Способности, задатки и индивидуальные различия людей. Влияние способностей на формирование личности. Тест «Склонности личности».</p>	2	
	<p>3. Природа человеческих способностей. Исторические воззрения на природу способностей. Влияние наследственности на способности. Роль воспитания и обучения.</p>	2	
	<p>4. Развитие способностей. <i>Деловая игра «Развитие способностей».</i> Игры на развитие креативности: «Архитектор», «10 слов», «Что из этого можно придумать?»</p>	2	
Тема 1.4. Темперамент.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия и определения по данной теме. 2. Типы темпераментов и их специфические особенности. 3. Свойства темперамента. 4. Специфику влияния темперамента на индивидуальный стиль деятельности личности. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать свою точку зрения. 3. Представлять информацию в измененном виде (составлять таблицу). 	8	2

	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Типы темпераментов. Общее представление о темпераменте. Основные свойства нервных процессов - сила, уравновешенность и подвижность. Влияние различной комбинаторности этих свойств на типизацию темпераментов.</p> <p>2. Свойства темперамента. Подвижность и инертность нервной системы (пластичность и ригидность). Возбудимость. Тормозимость. Переключаемость. Уравновешенность нервной системы. Сила нервной системы. Тревожность.</p> <p>3. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Психологическая характеристика темпераментов. Психофизиологические особенности и выбор профессии.</p> <p>4. Темперамент и личность. Тест «Ваш темперамент».</p>	2	
		2	
		2	
		2	
Тема 1.5. Характер.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия и определения по данной теме. 2. Типологию характеров. 3. Специфику формирования характера. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать свою точку зрения. 3. Представлять информацию в измененном виде (составлять таблицу). 	8	2
	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Определение и типология характеров. Типы акцентуаций характера у подростков. Тест «Акцентуации вашего характера».</p> <p>2. Формирование характера. Психолого-возрастные особенности. Влияние стиля общения на формирование характера. Палитра черт характера. Значение «ярлыков». Тест «Тип Вашего характера».</p> <p>3. Личность и характер человека. Рисуночный тест «Человек. Человек под дождем».</p> <p>4. Обобщение изученного материала. <i>Деловая игра «Своя игра» по теме «Способности. Темперамент. Характер».</i></p>	2	
		2	
		2	
		2	
2 семестр 40 часов			
Тема 1.6. Воля.	Знать:	6	2

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия и определения по данной теме. 2. Теории воли. 3. Особенности волевой регуляции поведения человека. 4. Способы развития воли у человека. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать собственную точку зрения в дискуссиях. 		
	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Понятие о воле. Теории воли. Общая характеристика волевых действий. Непроизвольные (рефлекторные) действия и произвольные (волевые) действия. Представление о воле в древности и в эпоху Возрождения. Естественнонаучные и иные представления о воле.</p> <p>2. Волевая регуляция поведения. Воля как сознательное регулирование деятельности. Физиологические основы волевых действий. Эмоциональная регуляция деятельности.</p> <p>3. Развитие воли у человека. <i>Деловая игра «Развитие воли».</i> Тест «Самооценка силы воли». Упражнения для тренировки силы воли: «Я не буду», «Я буду», «Самоконтроль».</p>	2	
		2	
		2	
Тема 1.7. Эмоции.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия и определения по данной теме. 2. Виды эмоций. 3. Роль эмоций в жизни человека. 4. Специфику проявления эмоций. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения по данной теме. 2. Аргументировать собственную точку зрения в дискуссиях. 	4	2
	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Виды и роль эмоций в жизни человека. Виды эмоциональных переживаний: аффект, эмоции, чувства. Интеллектуальные и эстетические чувства. Эмоциональное состояние, страсть, настроение.</p> <p>2. Эмоции и личность. <i>Деловая игра «Эмоции и личность».</i> Эмоции и переживания личности. Тест эмоций (тест Басса-Дарки в авторской модификации). Истоки негативных эмоций.</p>	2	
		2	
Тема 1.8. Мотивация.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия и определения по данной теме: «мотив» и «мотивация», понимать разницу между 	8	2

	<p>этими понятиями.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Виды мотивации. 3. Особенности влияния мотивации на деятельность личности. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать собственную точку зрения в дискуссиях по вопросам мотивации. <p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Мотив и мотивация. Мотив, мотивация, мотивирующие факторы, стимул - сходства и различия.</p> <p>2. Мотивация и деятельность. Профессиональная мотивация. Мотивация достижений. Теория А. Маслоу.</p> <p>3. Мотивация и личность. Диагностика личности на мотивацию к успеху по методике Т. Элерса.</p> <p>4. Обобщение изученного материала. <i>Деловая игра «Своя игра» по теме «Воля. Эмоции. Мотивация».</i></p>	2 2 2 2	
Раздел 2. Профессиональное самоопределение.		22	
Тема 2.1. Профессиональное самоопределение.	<p>Знать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Понятия и определения по данной теме. 2. «Секреты» выбора профессии («хочу» - «могу» - «надо»). 3. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. 4. Социально-психологический портрет профессионала. <p>Уметь:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Соотносить понятия и определения. 2. Аргументировать свою точку зрения. 3. Представлять информацию в измененном виде (составлять таблицу). <p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Профессиональная деятельность в жизни человека. Формирование осознанного отношения к вопросам профессионального самоопределения, социальной значимости и важности выбранной профессии.</p> <p>2. Внутренний мир человека и проблема выбора профессии. Развитие чувства ответственности за свой выбор. Воспитание чувства гордости за избранную профессию.</p> <p>3. «Секреты» выбора профессии («хочу» - «могу» - «надо»). Составление таблицы.</p> <p>4. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.</p> <p>5. Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»). Профориентационные игры и</p>	20 2 2 2 2 2	2

	упражнения. Работа в группах. 6. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Профорientационные игры и упражнения. Индивидуальные задания. 7. Социальные проблемы труда («надо»). 8. Человек в новых социально-экономических условиях. 9. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. 10. Социально-психологический портрет профессионала. Письменная работа – эссе «Портрет профессионала».	2 2 2 2 2	
	Зачет	2	
ВСЕГО:		74	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочных мест по количеству обучающихся;
- стулья;
- столы;
- рабочее место преподавателя;
- магнитная доска;
- доступ в Интернет.

Учебные наглядные пособия:

- дидактический материал (учебные тексты, карточки с заданиями, критерии оценивания результатов деловых игр);
- фонотека;
- видеотека;
- презентации PowerPoint(Notepad) по темам занятий.

Действующая нормативно-техническая и технологическая документация:

- правила техники безопасности и производственной санитарии.

Технические средства обучения:

- ноутбук с лицензионно-программным обеспечением или компьютер;
- телевизор или мультимедиа проектор и экран проекционный (интерактивная доска с лицензионно программным обеспечением);
- сетевой фильтр;
- акустическая система.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы, Интернет-ресурсов.

Литература для обучающихся:

1. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения [Текст] / Е.А. Климов.-М.: Академия, 2019. – 302с.
2. Немов, Р.С. Психология [Текст]. Учеб. в 3 кн. – М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2010.

Дополнительная литература:

1. Берн, Эрик. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры [Текст]. — М.: Эксмо, 2007
2. Донцов, А.И., Стефаненко, Т.Г. Социальные стереотипы: вчера, сегодня, завтра [Текст]// Социальная психология в современном мире: учеб. пособие для вузов. – М., 2002.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность[Текст]. – М., 1982.
4. Пряжников, Н.С. Профориентационные игры [Текст]: проблемные ситуации, задачи, карточные методики / Н.С. Пряжников. – М.: Изд-во МГУ, 1991. – 87с.
5. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение [Текст] / Н.С. Пряжников. – М.: Изд-во: Институт практической психологии, Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. – 246с.
6. Пряжников, Н.С. Психологический смысл труда [Текст] / Н.С. Пряжников. – М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 352с.
7. Столяренко, А.Д. Основы психологии [Текст]. – Ростов-на-Дону: изд. «Феникс», 2010.

Интернет-ресурсы:

1. LittleBetter[Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://litlbetr.ru/razvitie-intellekta/>

2. Википедия – свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ru.wikipedia.org/>
3. Интернет-журнал по психологии «Развитие» [Электронный ресурс]. – <http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-lichnosti/>
4. Психология от А до Я [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://azps.ru/tests/>
5. Психология счастливой жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psycabi.net/>
6. Энциклопедия Кругосвет – универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.krugosvet.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения программы учебной дисциплины осуществляется в процессе выполнения обучающимися индивидуальных и парных заданий, игровых упражнений на занятиях и в ходе деловых игр.

Результаты обучения(освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Освоенные умения:</p> <p>применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;</p> <p>использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;</p> <p>на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессии осуществлять осознанный и адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;</p> <p>планировать и составлять временную перспективу своего будущего;</p> <p>успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной</p>	<p>Текущий контроль: устные и письменные опросы, дискуссии, выполнение игровых упражнений, индивидуальные и парные задания</p> <p>Итоговый контроль: Зачет</p>
<p>Усвоенные знания:</p> <p>методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности;</p> <p>простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;</p> <p>современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;</p> <p>необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;</p> <p>основные принципы и технологии выбора профессии</p>	<p>Текущий контроль: устный и письменные опросы, индивидуальная и парная работа со схемой, групповая работа с карточками, сообщения по группам,</p> <p>Итоговый контроль: Зачет</p>