

Департамент образования и науки Костромской области
областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Костромской торгово-экономический колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.12. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

2023 г.

РАССМОТРЕНО
Методическим советом ОГБПОУ «КТЭК»
Протокол № 8 от 12.05.2023 г.
Председатель МС Петр Петропавловская
Я.А.

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом ОГБПОУ «КТЭК»
Протокол № 7 от 19.05.2023 г.
Приказ ОГБПОУ «КТЭК» от 24.05.2023 г. №
186 /п

Одобрена
цикловой методической комиссией
общеобразовательных дисциплин
протокол № 9 от 19.05.2023 г.

Рабочая программа разработана на основе
Федерального Государственного
образовательного стандарта (ФГОС) по
специальностям среднего профессионального
образования (СПО) укрупненной группы
19.00.00 Промышленная экология и
биотехнологии и 19.02.03 Технология хлеба,
кондитерских и макаронных изделий

Председатель: Щербинина Щербинина М.В.

Зам. директора Смирнова А.А. Смирнова

Автор: Караваева Л.В.

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности 19.02.03 Технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.04.2014 г. № 373

Организация - разработчик:

ОГБПОУ «Костромской торгово-экономический колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12. Психология личности и профессиональное самоопределение

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 19.02.03 Технология хлеба, кондитерских и макаронных изделий.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников в области общественного питания при наличии среднего (полного) общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина Психология личности и профессиональное самоопределение реализуется в рамках профессионального учебного цикла

Учебная дисциплина Психология личности и профессиональное самоопределение для профессиональных образовательных организаций обладает самостоятельностью и цельностью.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам усвоения учебной 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 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.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **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.

Формируемые компетенции

Процесс изучения учебной дисциплины направлен на формирование следующих компетенций в соответствии с ФГОС СПО по данной специальности.

Общие компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимся следующих **Личностных результатов** реализации программы воспитания:

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан

России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Объем образовательной программы обучающегося часов – 54, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 36 часов;
- самостоятельная работа обучающегося – 18 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы:

Виды учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы (всего)	54
Обязательная аудиторная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
практические занятия	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
в том числе: <i>Написание конспектов</i> <i>Тестирование</i> <i>Выполнение заданий и упражнений на</i> <i>практических занятиях</i>	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.12. Психология личности и профессиональное самоопределение

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения			
Тема 1.1. Психология профессиональной деятельности	Содержание учебного материала		
	Психология профессиональной деятельности. Профессиональное самоопределение. Деятельность: понятие, виды, структура, элементы и компоненты деятельности. Сущность профессионального самоопределения. Терминология, основы и сущность профессионального самоопределения. Стадии становления личности. Конфликты профессионального самоопределения. Простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека.	2	2
	Самостоятельная работа №1: написание конспекта	1	2
Раздел 2. Проблема выбора. Профессиональная непригодность			
Тема 2.1 Профотбор и профессиональная пригодность	Содержание учебного материала		
	Профотбор и профессиональная пригодность. Профессиональные типы личности. Факторы, влияющие на выбор профессии. Ошибки выбора профессии. Понятие и свойства профессиональной непригодности. Современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессий требований к психологическим особенностям человека, его здоровью.	2	2

	Самостоятельная работа №2: написание конспекта, тестирование	1	2
Раздел 3. Технология выбора профессии. Правильные ориентиры			
Тема 3.1 Профессиональное самоопределение. Технология выбора профессии	Содержание учебного материала		
	Профессиональное самоопределение. Технология выбора профессии. Основные составляющие правильного выбора профессии. Основные принципы и технологии выбора профессии. Правила выбора профессии. Современный рынок труда Понятие конкурентоспособности.	2	2
	Самостоятельная работа №3: написание конспекта, тестирование	1	2
Раздел 4. Личностные регуляторы выбора профессии. Понятие о личности, ее структуре			
Тема 4.1 Психология личности	Содержание учебного материала		
	Психология личности. Понятия личность, человек, индивид, индивидуальность и их соотношение. Определение понятия личность. Структура личности. Свойства и индивидуально-типологические особенности личности. Особенности личности, влияющие на выбор профессии. Профессиональное самоопределение личности или выбор профессии. Особенности личности, влияющие на выбор профессии. Личностные регуляторы выбора профессии. Самооценка личности в выборе профессии. Особенности типов личности и выбор профессии.	2	2
	Самостоятельная работа №4: написание конспекта, тестирование	1	2
Раздел 5. Психические процессы и волевая регуляция человека			

Тема 5.1 Понятие о психических процессах. Волевая регуляция деятельности человека	Содержание учебного материала		
	Психические процессы, свойства и состояния. Общие понятия о психике. Сознание как высшая форма психики. Психические процессы. Психические состояния. Свойства психики. Определение понятия воля. Волевая регуляция деятельности человека.	2	2
	Самостоятельная работа №5: написание конспекта, тестирование	2	2
Раздел 6. Характер, темперамент и направленность личности			
Тема 6.1-6.3. Характер и темперамент в структуре личности	Содержание учебного материала		
	Характер в структуре личности. Определение понятия «личность». Направленность личности. Понятие характера. Физиологические основы характера. Структура характера. Черты характера. Акцентуации характера.	2	2
	Темперамент в структуре личности. Понятие о темпераменте. Физиологические основы темперамента. История учений о темпераменте. Типы темпераментов и их психологическая характеристика. Свойства темперамента: экстраверсия, интроверсия, нейротизм, стабильность, реактивность, активность, пластичность, ригидность. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности.	2	2
	Практическая работа №1 «Определение типа акцентуации характера» Практическая работа №2 «Определение типа темперамента»	4	2
	Самостоятельная работа №6-7: написание конспекта, тестирование, выполнение заданий на практическом занятии	4	2
Раздел 7. Познание задатков и способностей			
Тема 7.1-7.2 Способности и задатки	Содержание учебного материала		
	Способности и задатки. Способности и задатки. Профессиональные способности и их формирование. Способности как свойство личности. Виды способностей. Развитие способностей.	2	2
	Практическая работа №3 «Определение общих способностей»	2	2
	Самостоятельная работа №8: написание конспекта, тестирование, выполнение заданий на практическом занятии	2	2

Раздел 8. Самопознание. Самовоспитание личности			
Тема 8.1-8.2. Психология самопознания и самовоспитания личности	Содержание учебного материала		
	Психология самопознания и самовоспитания личности. Понятия самопознание и самовоспитание. Движущие силы и механизм самовоспитания личности. Методы самовоспитания. Самоактуализация.	2	2
	Практическая работа №4 «Самоактуализация личности»	2	2
	Самостоятельная работа №9: написание конспекта, тестирование, выполнение заданий на практическом занятии	2	2
Раздел 9. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода			
Тема 9.1-9.3. Психология профессионального самоопределения на разных стадиях	Содержание учебного материала		
	Психология профессионального самоопределения на разных стадиях. Основные подходы к определению понятия «профессиональное самоопределение». Стадии профессионального становления личности. Профессиональное и личностное самоопределение в юношеском возрасте. Особенности юношеского возраста. Образ "Я" и характер профессиональной деятельности. Методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.	2	2
	Самодиагностика профессионально значимых качеств личности Психологические методы диагностики психических явлений. Тесты, эксперимент, наблюдение, аппаратные методы, проективные методики. Методы самодиагностики. Виды методов самодиагностики. Требования к методам.	2	2
	Практическая работа №5 «Профессиональное становление личности»	2	2
	Самостоятельная работа №10: написание конспекта, тестирование, выполнение заданий на практическом занятии	3	2

Раздел 10. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий			
Тема 10.1. Профессия Специальность. Классификация профессий	Содержание учебного материала		
	Профессия. Специальность. Классификация профессий. Общее представление о профессии. Понятие профессия, специальность, специализация, должность. Основные подходы к классификации профессий. Изучение психологии выбора профессии. Профессиография и профессиограмма.	2	2
	Самостоятельная работа №11: написание конспекта	1	2
	Дифференцированный зачет	2	3
	Всего	54	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета социально-экономических дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплекты учебно-методических рекомендаций к выполнению практических работ (комплекты тестовых заданий).

Технические средства обучения:

- компьютеры с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедийный проектор, принтер;
- демонстрационный экран.

3.2. Информационное обеспечение

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

Основные источники

1. Немов, Р.С. Общая психология. В 3-х т. Т. 3. Психология личности: Учебник / Р.С. Немов. - М.: Юрайт, 2016. - 739 с.

Дополнительные источники

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна. - М., Воронеж: МОДЭК, 2015. - 349 с.
2. Обухов А.С. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт. 2019. - 404 с.

Интернет-ресурсы

1. Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» - <https://www.biblio-online.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, лабораторных работ, тестирования, а также в результате выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения раскрываются через усвоенные знания и приобретенные умения, направленные на приобретение общих и профессиональных компетенций.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;	Оценка выполнения индивидуальных заданий, оценка выполнения практических работ.
- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;	Оценка выполнения индивидуальных заданий, оценка выполнения практических работ.
- на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;	Экспертное наблюдение и оценка в процессе беседы и опроса.
- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;	Анализ предложенных понятий по изучаемой теме.
- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы: на практических занятиях.
Знания:	
- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального	Практическая работа.

самоопределения;	
- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;	Оценка освоенных умений в ходе выполнения практических работ по темам.
- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;	Экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы: на практических занятиях.
- основные принципы и технологии выбора профессии;	Опрос по индивидуальным заданиям.
- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.	Тестирование.
Общие компетенции:	
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Решение стандартных и нестандартных профессиональных задач.
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Получение необходимой информации с использованием различных источников, включая электронные. Обоснованность выбора и оптимальность состава источников, необходимых для решения поставленной задачи.
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	Электронное тестирование.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Экспертная оценка самостоятельного решения задач профессионального развития.

Личностные результаты:	
ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	Устный опрос.
ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	Оценка выполнения индивидуальных заданий.
ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	Тестирование.
ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».	Оценка выполнения индивидуальных заданий.
ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе	Оценка выполнения индивидуальных заданий.

любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.	
ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	Оценка выполнения практических заданий.
ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	Тестирование. Тренинг.
ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	Тестирование. Оценка выполнения индивидуальных заданий.
ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	Тестирование. Тренинг.
ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе	Письменный опрос.

цифровой.	
ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	Оценка выполнения индивидуальных заданий.
ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	Тренинг.