МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ

СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Ачитский филиал ГАПОУ СО «Красноуфимский аграрный колледж»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | |  |  |  | |  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

***Профессия: 43.01.09 Повар, кондитер***

***2 курс, группа 23-П***

Уровень освоения (базовый)

Форма обучения: очная

2024 г.

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями:

- федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования,

- федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии***:*** 43.01.09 Повар, кондитерутверждённого Приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. № 1569 (базовая подготовка)

- рабочей программы воспитания УГС 43.01.09 Сервис и туризм по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

**Разработчик:** Богомолова Алина Мансуровна, преподаватель Ачитского филиала ГАПОУ СО «Красноуфимский аграрный колледж»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 4

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ 10

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ДИСЦИПЛИНЫ 15

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ

ДИСЦИПЛИНЫ 16

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

***1.1. Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы.***

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» является вариативной частью образовательной программы в соответствии с ФГОС СПОпо профессии: 43.01.09 Повар, кондитер,реализуемой на базе основного общего образования

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования реализуемого с учетом профессиональной направленности получаемой профессии.

***1 .2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:***

1.2.1.Цели и задачи дисциплины:

*Цель:*

оказание психологической помощи в личностном и профессиональном становлении, в самопознании обучающихся, формирование психологической готовности к началу трудовой деятельности.

*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 специальности 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.

1.2.2.Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС С00

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК

| Код и наименование формируемых компетенций | Планируемые результаты освоения дисциплины | |
| --- | --- | --- |
| Общие | Дисциплинарные |
| ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам. | В части трудового воспитания:  - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;  - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;  - интерес к различным сферам профессиональной деятельности,  Овладение универсальными учебными познавательными действиями:  а) базовые логические действия:  - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;  - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;  - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;  - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;  -вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;  - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем  б) базовые исследовательские действия:  - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;  - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;  - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;  - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;  - уметь интегрировать знания из разных предметных областей;  - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;  - способность их использования в познавательной и социальной практике | - осознавать свою профессиональную идентичность;  - быть готовым к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;  - анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи;  - выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;  - уметь составить план действия; определить необходимые ресурсы;  - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;  - реализовать составленный план;  - владеть простейшими способами и приемами развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основными механизмами психической регуляции поведения человека; |
| OK 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач  профессиональной деятельности. | В области ценности научного познания:  - сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;  -совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира;  - осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе;  Овладение универсальными учебными познавательными действиями:  в) работа с информацией:  - владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;  - создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;  - оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;  - использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;  - владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности | - определять задачи для поиска информации;  - определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска;  -структурировать получаемую информацию;  - выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска;  -оформлять результаты поиска |
| ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие. | - определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;  -применять современную научную профессиональную терминологию;  - определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования содержание актуальной нормативно-правовой документации;  - современная научная и профессиональная терминология;  - возможные траектории профессионального развития и самообразования | - быть готовым к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;  - осуществлять позитивное стратегическое поведение в разлиных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным;  - развивать способность понимать мир с позиции другого чело-века;  - владеть необходимой терминологией, основами и сущностью профессионального самоопределения; |
| ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. | - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;  -овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;  Овладение универсальными коммуникативными действиями:  б) совместная деятельность:  - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;  - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;  - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;  - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным  Овладение универсальными регулятивными действиями:  г) принятие себя и других людей:  - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;  - признавать свое право и право других людей на ошибки;  - развивать способность понимать мир с позиции другого человека; | - быть готовым к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;  - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;  - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;  - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;  - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным  - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;  - признавать свое право и право других людей на ошибки;  - развивать способность понимать мир с позиции другого человека;  - владеть необходимой терминологией, основами и сущностью профессионального самоопределения; |
| ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста. | - уметь грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе;  - знать особенности социального и культурного контекста; правила оформления документов и построения устных сообщений. | - развивать способность к рефлексии;  - развивать эмпатию и эмоциональный интеллект;  - владеть приемами коммуникации;  - владеть простейшими способами и приемами развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основными механизмами психической регуляции поведения человека;  - организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности; |
| ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности. | - уметь применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач;  - использовать современное программное обеспечение;  - знать современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности. | - определять задачи для поиска информации;  - определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска;  -структурировать получаемую информацию;  - выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска;  -оформлять результаты поиска |

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

|  |  |
| --- | --- |
| Вид учебной работы | Объем часов |
| Объём образовательной программы дисциплины | 36 |
| Основное содержание | 16 |
| в том числе: |  |
| Теоретическое обучение | 8 |
| Практические занятия | 8 |
| Лабораторные занятия |  |
| Контрольные работы |  |
| Профессионально-ориентированное содержание | 18 |
| в том числе: |  |
| Теоретическое обучение | 8 |
| Практические занятия | 10 |
| Лабораторные занятия |  |
| Контрольные работы |  |
| Промежуточная аттестация: дифференцированный зачёт | 2 |

***2.3. Тематический план и содержание общеобразовательной дисциплины***

***Психология личности и профессиональное самоопределение***

| **№ урока** | **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** | **Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1. | Психология профессиональной деятельности. | Назначение учебной дисциплины «Психология личности и профессионального становления». Основные понятия. Требования к изучаемой дисциплине. Психология как наука. Отрасли психологии и методы психологического изучения. Понятие о психике. | 2 | ОК 01, OK 02, ОК 03 |
| 2 | ПР 1 Составление словаря терминов. | Практическая работа №1. Составление словаря терминов. | 2 | ОК 01, OK 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09 |
| 3 | Личность и ее структура. | Понятие о личности, ее структуре Личность, направленность, структура, потребности личности. Уникальность и неповторимость личности каждого человека: многообразие личностных особенностей, профессиональная деятельность как способ реализации личности. | 2 | ОК 01, ОК 03 |
| 4. | ПР 2 Карта интересов. | Практическое занятие № 2. Методика Е.А.Климова, Методика Дж.Голланда, Карта интересов. | 2 | ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 5. | ПР 3 Личность и её структура. | Практическая работа №3. Выполнение тестов по теме. | 2 | ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 6. | Психические процессы и волевая регуляция деятельности человека. | Свойства нервной системы и их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности.  Строение и функции нервной системы, способы реагирования человека на сигналы внешней среды (процессы возбуждения и торможения); основные свойства нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность). Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленных свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности. | 2 | OK 02, ОК 03 |
| 7. | Характер, темперамент и направленность личности. | Темперамент: понятие, его типы и свойства, психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления темперамента в различных видах профессиональной деятельности. | 2 | OK 02, ОК 03 |
| 8. | ПР 5 Характер. | Практическое занятие № 4. Тест «Каков Ваш характер». Методика «Опросник Айзенка». | 2 | ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 9. | ПР 6 Эмоции. | Практическое занятие № 5. Методика Басса-Дарки «Тест эмоций». | 2 | ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 10. | ПР 7 Темперамент. | Практическая работа № 7.Тест на определение темперамента. Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях». | 2 | ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 11. | Познание задатков и способностей. | Задатки и способности человека: сущность понятий и характеристика их развития. Интересы и склонности, связь с задатками и способностями, отличия от них. Характеристика содержания и основных этапов развития способностей, их значимость в профессиональной деятельности. Общие и специальные способности. | 2 | ОК 01, OK 02, ОК 03 |
| 12. | Самопознание. Самовоспитание личности. | Самооценка индивидуальных способностей. Представление человека о самом себе, о роли самооценки в решении проблемы профессионального выбора. Самооценка (адекватная, завышенная, заниженная), ее проявления в учебной деятельности и межличностных отношениях. Роль адекватной 3 самооценки при выборе профессии и в последующей профессиональной деятельности. Диагностические и развивающие процедуры в самопознании, самописании, самооценке личности. | 2 | ОК 01, OK 02, ОК 03, ОК 05 |
| 13. | ПР 8 Способности и склонности. | Практическое занятие № 8. Тест на определение способностей и склонностей. | 2 | ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 14. | ПР 9 Профессиональное самоопределение. | Практическое занятие 9. Составление таблицы. Этапы профессионального самоопределения: дошкольный; первая ступень основной школы; вторая ступень основной школы; полное среднее учебное заведение; профессиональное учебное заведение; профессиональная деятельность. Особенности протекания процессов профессионального самоопределения на каждом из этапов. Способы профессионального самоопределения на разных стадиях становления личности. Особенности юношеского периода | 2 | ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05 |
| 15. | Этапы и кризисы профессионального самоопределения. | Основная проблема кризисов профессионального самоопределения личности. Виды противоречий в ходе развития субъектов профессионального самоопределения. Психологические особенности кризисов становления профессионального самоопределения личности. | 2 | ОК 01, OK 02, ОК 03 |
| 16. | Профессия, специальность, специализация. | Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Основные классификации профессий. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии. Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». | 2 | ОК 01, OK 02, ОК 03, ОК 05 |
| 17. | ПР 10 Резюме. | Практическое занятие № 10. Составление резюме. Особенности современного рынка труда. Психология трудовых отношений. Организационно – правовые формы предприятий. Внутренняя структура предприятия. Юридическая сторона взаимодействия работодателя и работника. Профстандарт. Должностная инструкция. Резюме. | 2 | ОК 01, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 09 |
| 18. | Дифференцированный зачет. | Тестовая работа | 2 | ОК 01, ОК 03, ОК 05, ОК 09 |
|  | **ВСЕГО ЧАСОВ** |  | 36 |  |
|  | **АУДИТОРНЫХ** |  | 36 |  |
|  | **ИЗ НИХ ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ** |  | 20 |  |
|  | **ВНЕАУДИТОРНАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА** |  |  |  |

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение обучения

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

1. Посадочные места по количеству обучающихся.

2. Рабочее место преподавателя.

3. Доска.

4. Раздаточный материал для проведения практических работ: бланки ответов, вопросы.

Технические средства обучения:

1. Интернет-ресурсы;

2. Периферийные устройства: компьютер, мультимедийный проектор, внешние накопители.

**3.2. Информационное обеспечение обучения**

***Основные источники***

1. Психология профессионального образования. Педагогика профессионального образования : учебно-методическое пособие / Н. И. Ешкина, М. А. Кувырталова, Н. А. Пронина [и др.]. — Москва : Русайнс, 2024. — 174 с. — ISBN 978-5-466-06862-7. — URL: https://book.ru/book/953952 (дата обращения: 01.09.2024). — Текст : электронный.
2. Самыгин, С. И., Психология личности и профессиональное самоопределение : учебник / С. И. Самыгин, Л. Д. Столяренко, А. Т. Латышева. — Москва : КноРус, 2023. — 466 с. — ISBN 978-5-406-11306-6. — URL:https://book.ru/book/949332 . — Текст : электронный.
3. Шапошникова, Т. Е., Общая психология : учебное пособие / Т. Е. Шапошникова, В. А. Шапошников. — Москва : КноРус, 2025. — 181 с. — ISBN 978-5-406-13562-4. — URL: https://book.ru/book/955376 . — Текст : электронный.

***Дополнительные источники:***

1. Психология : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Е. Г. Белякова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 263 с.

2. Общая, возрастная и педагогическая психология : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Т. В. Склярова, Н. В. Носкова ; под общей редакцией Т. В. Скляровой. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 235 с.

3. Учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. С. Обухов [и др.] ; под общей редакцией А. С. Обухова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 404 с.

***Интернет- ресурсы***

1. http: //www.psychology.ru - Портал психологии

2. http://www.psychologies.ru -Журнал "Psychologies"

3. <https://urait.ru/bcode/513183> Психология: учебник и практикум для среднего

профессионального образования / Е. Г. Белякова.

4. <https://urait.ru/bcode/517389> Общая, возрастная и педагогическая психология:

учебник и практикум для среднего профессионального образования /

Т. В. Склярова, Н. В. Носкова

5. http://psylib.kiev.ua/ - Психологическая библиотека "Самопознание и саморазвитие"

6. http://psychology.net.ru – сайт Мир психологии.

7. <https://urait.ru/bcode/513163> Учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. С. Обухов

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

Контроль и оценка раскрываются через усвоенные знания и приобретенные обучающимися умения, направленные на формирование общих и профессиональных компетенций.

| Код и наименование формируемых компетенций | Раздел/Тема | Тип оценочных мероприятий |
| --- | --- | --- |
| ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам | Темы: 1, 2, 3, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 | * устный опрос; * фронтальный опрос; * оценка выполнения практических; * оценка тестовых заданий;   - наблюдение и оценка ролевой игры;  - дифференцированный зачёт. |
| OK 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач  профессиональной деятельности | Темы: 1, 2, 6, 7, 12, 15, 16 |
| ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие. | Темы: 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11,12, 13, 14, 15, 16, 17, 18 |
| ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами. | Темы: 2, 4, 5, 8, 9, 10, 13, 14, 17 |
| ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста. | Темы: 2, 4, 5, 8, 9, 10, 12, 13, 14, 16, 17, 18 |
| ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности | Темы: 2, 17, 18 |  |