

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области  
«Сызранский политехнический колледж»**

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ директора ГБПОУ «СПК»  
от 20.02.2024 № 28-од

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИОННОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**АП.02 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
САМОопРЕДЕЛЕНИЕ**

**адаптационный учебный цикл  
адаптированной образовательной программы  
профессионального обучения  
18466 Слесарь механосборочных работ**

**Категория ОВЗ - нарушение интеллекта (легкая степень умственной  
отсталости)**

**Сызрань, 2024**

## **РАССМОТРЕНО НА ЗАСЕДАНИИ**

Цикловой комиссии  
профессионального цикла профессий  
15.01.05, 15.01.32, 27.02.07, 18466  
Протокол заседания цикловой  
комиссии от 15.02.2024 № 7  
Председатель ЦК Багдалова Р.Х.

## **ОДОБРЕНО**

Методистом Мустафиной Е.В.  
Экспертное заключение технической  
экспертизы рабочих программ АОП по  
профессии 18466 Слесарь  
механосборочных работ  
от 16.02.2024

## **СОГЛАСОВАНО**

с АО «ТЯЖМАШ»  
Акт согласования АОП по профессии  
18466 Слесарь механосборочных  
работ от 19.02.2024

Составитель:

Лобова М.В., педагог-психолог, преподаватель ГБПОУ «СПК»

Адаптированная рабочая программа адаптационной учебной дисциплины АП.02 Психология личности и профессиональное самоопределение разработана на основе Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля 2015 № 06-443 «Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов».

Рабочая программа адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья – нарушение интеллекта (легкая степень умственной отсталости).

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями к оформлению, установленными в ГБПОУ «СПК».

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 18466 Слесарь механосборочных работ.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№ п/п</b>	<b>Название разделов</b>	<b>Стр.</b>
1	Паспорт рабочей программы адаптационной учебной дисциплины	4
2	Структура и содержание адаптационно учебной дисциплины	6
3	Условия реализации адаптационной учебной дисциплины	12
4	Контроль и оценка результатов освоения адаптационной учебной дисциплины	14
5	Приложение 1. Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения	16

# 1 ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## АП.02 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

### 1.1 Область применения программы

Рабочая программа адаптационной учебной дисциплины является частью адаптированной образовательной программы профессионального обучения по профессии 18466 Слесарь механосборочных работ, разработанной в ГБПОУ «СПК».

Программа разработана в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и/или инвалидов с умственной отсталостью (нарушениями интеллектуального развития).

Особенности психофизического развития данной категории обучающихся описаны в разделе 1 АОП.

Рабочая программа составляется для очной и очной с применением дистанционных образовательных технологий форм обучения.

### 1.2 Место адаптационной дисциплины в структуре АОП:

Адаптационная учебная дисциплина АП.02 Психология личности и профессиональное самоопределение относится к адаптационному учебному циклу АОП.

### 1.3 Цели и задачи адаптационной дисциплины - требования к результатам освоения адаптационной дисциплины:

По результатам освоения АП.02 Психология личности и профессиональное самоопределение у обучающихся должны быть сформированы образовательные результаты:

#### **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;

#### **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.

Содержание адаптационной дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессионального модуля АОП по профессии 18466 Слесарь механосборочных работ и овладению профессиональными компетенциями:

- ПК 1.1. Выполнять слесарную обработку заготовок деталей простых машиностроительных изделий.

- ПК 1.2. Выполнять сборку сборочных единиц, узлов и механизмов машин, оборудования, агрегатов.

- ПК 1.3. Выполнять регулировку и испытание сборочных единиц, узлов и механизмов машин, оборудования, агрегатов.

В процессе освоения учебной дисциплины студенты должны овладеть общими компетенциями (ОК):

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

- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

- ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

- ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

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

- ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

#### **1.4 Количество часов на освоение программы адаптационной учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студента – 143 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки студента – 95 часов;

- самостоятельной работы студента – 48 часов.

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	143
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	95
в том числе:	
лабораторные работы	не предусмотрено
практические занятия	20
контрольные работы	не предусмотрено
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
Самостоятельная работа студента (всего)	48
Итоговая аттестация в форме (указать)	зачета

## 2.2 Тематический план и содержание адаптационной учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Предмет, задачи и содержание дисциплины. Значение и основная цель учебной дисциплины. 2. Структура учебной дисциплины, её связь с другими дисциплинами и междисциплинарными курсами.	2	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b>	не предусмотрено	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка реферата	4	
<b>Тема 1.1 Основные концептуальные положения и ключевые понятия становления личности. Стадии профессионального становления личности</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные концептуальные положения и ключевые понятия становления личности. 2. Стадии профессионального становления личности. 3. Ключевые понятия о развитии личности. 4. Факторы, движущие силы и стадии профессионального становления личности. 5. Взаимодействие индивидуального, личностного и профессионального развития личности.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Взаимодействие индивидуального, личностного и профессионального развития личности. 2. Заполнение матрицы выбора профессии.	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовить сообщения по темам раздела	4	

<b>Тема 1.2 Понятие «профессия». Классификация современных профессий</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Подходы к определению понятия «профессия». 2. Классификация современных профессий. 3. Психологическая структура профессиональной деятельности. 4. Взаимоотношение между профессией и человеком.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Определение сущности профессионального самоопределения. 2. Технология выбора профессии	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка сообщений по темам раздела	4	
<b>Тема 1.3 Содержание и структура профессиограммы</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Метод профессиографии. 2. Профессиограммы и их виды 3. Содержание и структура профессиограмм. 4. Принципы профессиографирования. 5. Схемы профессиографирования.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Знакомство с профессиограммами различных профессий. 2. Составить профессиограмму интересующей профессии.	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка сообщений по темам раздела	4	
<b>Тема 1.4 Сущность профессионального самоопределения личности</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие «профессиональное самоопределение личности». 2. Факторы профессионального самоопределения личности. 3. Сущность и результат профессионального самоопределения личности. 4. Психологические «пространства» самоопределения личности.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Составление теста для выявления начального уровня готовности студентов к профессиональному самоопределению.	2	



	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка сообщений по темам раздела	4	
<b>Тема 1.5</b> <b>Профессиональное самоопределение на разных стадиях развития личности</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Сущность профессионально самоопределения 2. Особенности профессионального самоопределения. 3. Культура профессионального самоопределения личности 4. Проблема профессионального самоопределения личности 5. Развитие личности и профессиональное самоопределение 6. Факторы профессионального самоопределения личности. 7. Этапы профессионального самоопределения личности 8. Подростковый возраст: учебно-профессиональные намерения и профессионально ориентированные мечты. 9. Учебно-профессиональное самоопределение в юности.	12	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Определение склонностей и коммуникативно-организаторских способностей личности.	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Экспериментальное изучение профессионального самоопределения на разных этапах развития личности. 2. Подготовка сообщения по темам разделов	9	
<b>Тема 1.6 Этапы и кризисы профессионального самоопределения</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Кризисы развития субъекта профессионального самоопределения 2. Основная проблема кризисов профессионального самоопределения личности. 3. Виды противоречий в ходе развития субъектов профессионального самоопределения. 4. Психологические особенности кризисов становления профессионального самоопределения личности.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	

	<b>Практические занятия</b> 1. Заполнить таблицу: Психологические особенности профессиональных кризисов 2. Провести эмпирическое исследование особенностей внутриличностных конфликтов у обучающихся	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Заполнить таблицу: Психологические особенности профессиональных кризисов.	4	
<b>Тема 1.7 Методы диагностики профессионального самоопределения</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Методики определения компонентов профессионального самоопределения студентов. 2. Активные методы профессионального самоопределения. 3. Построение личной профессиональной перспективы.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Оценка профессиональной направленности личности	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка сообщений по темам раздела	4	
<b>Тема 1.8 Ценностно-смысловое значение профессионального самоопределения</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Проблема гуманитаризации труда в современных условиях. 2. Роль СМИ в формировании профессиональных и жизненных стереотипов. 3. Условия построения успешной карьеры. 4. Карьерные ресурсы. 5. Внешние и внутренние факторы, влияющие на развитие карьеры.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Определение внешних и внутренних факторов, влияющих на развитие карьеры	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка сообщения по темам раздела	4	

<b>Тема 1.9 Самовоспитание и самопознание</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Условия личностной самореализации. 2. Понятие и сформированность представлений личности о себе. 3. Компетентность. 4. Кризисы и конфликты в жизни человека 5. Способы разрешения конфликтов в жизни человека 6. Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов.	6	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Знакомство с профессиональными и общими компетенциями по профессии Слесарь механосборочных работ. 2. Создание конфликтной ситуации и способы её разрешения.	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка рефератов по темам раздела	3	
<b>Тема 1.10 Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Стадии профессионального становления. 2. Профессиональные намерения и осознанные желания в процессе выбора профессии. 3. Профессиональное обучение – профессиональная подготовка. 4. Профессиональная адаптация. 5. Оптимальный уровень профессиональной активности. 6. Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности. 7. Профессиональное мастерство. 8. Изменение характера профессиональной деятельности. 9. Проявление активности на стадии профессионального мастерства.	11	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Практические занятия</b> 1. Профессиональная адаптация. 2. Определение оптимального уровня профессиональной активности.	2	
	<b>Контрольные работы</b>	не предусмотрено	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подготовка сообщения по темам разделов	4	
<b>Зачет</b>		<b>2</b>	
<b>Всего</b>		<b>143</b>	

## **3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы АП.02 Психология личности и профессиональное самоопределение требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий, в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся и восприятия информации: для лиц с нарушениями психического развития используются тексты с иллюстрациями, мультимедийные материалы.

Технические средства обучения, позволяющие обучающимся осваивать учебный материал на доступном уровне и получать навыки по его использованию в практической деятельности:

- мультимедийный проектор;
- экран;
- компьютер с лицензионным программным обеспечением.

**3.2 Информационное обеспечение обучения** (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы).

#### **Основные источники**

1. Исмагилова Ф.С. Основы профессионального консультирования: учеб. пособие / Науч.ред. Э.Ф. Зеер. — М.; Воронеж, 2017. — 256 с.
2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие / Ред. И. Чистяковой. 5-е изд., перераб. и доп. М.: Академия, 2018. — 304 с.
3. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение. Теория и практика: учеб. Пособие. М.: Академия, 2017. — 320 с.
4. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. Профориентация: учеб.пособие. 5-е изд., испр. и доп. М.: Академия, 2018. — 496 с.

#### **Интернет-ресурсы**

1. [www.znanium.com](http://www.znanium.com)
2. Центр тестирования и развития [Электронный ресурс]: Гуманитарные технологии. Профориентация: Кем статья. URL: <http://www.proforientator.ru>.

#### **Дополнительные источники**

1. Выборнова В.В. Актуализация проблем профессионального самоопределения молодежи / В.В. Выборнова, Е.А. Дунаева // Социологические исследования. 2006. № 4. С. 99—105.
2. Носс И.Н. Профессиографический аспект профессиональной

психодиагностики // Мир психологии. 2006. №3. С. 192—203.

3. Рогов Е.И. Выбор профессии. Становление профессионала. М., 2003. – 336 с.

## 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<p><u>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;</li> <li>– простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;</li> <li>– современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований 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 деятельности.</li> </ul>	<p>«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.</p> <p>«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.</p> <p>«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– наблюдение за выполнением практического задания;</li> <li>– оценка выполнения практического задания;</li> <li>– проверка домашнего задания;</li> <li>– тестирование.</li> </ul>
<p><u>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</u></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>– 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</li> </ul>	<p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	

<p>выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– планировать и составлять временную перспективу своего будущего;</li><li>– успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.</li></ul>		
--	--	--

## ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

<b>№ п/п</b>	<b>Тема учебного занятия</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Активные и интерактивные формы и методы обучения</b>	<b>Формируемые компетенции</b>
1.	Стадии профессионального становления личности.	1	Дискуссия.	ОК 1-6
2.	Психологическая структура профессиональной деятельности.	1	Дискуссия.	ОК 1-6
3.	Схемы профессиографирования.	1	Круглый стол	ОК 1-6
4.	Проблема профессионального самоопределения личности.	1	Компьютерные технологии	ОК 1-6
5.	Условия построения успешной карьеры.	1	Круглый стол	ОК 1-6
6.	Кризисы и конфликты в жизни человека	1	Дискуссия.	ОК 1-6