

**Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
«Мамадышский политехнический колледж»
(ГАПОУ «Мамадышский ПК»)**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по ТО

Файзреева В.В.

«25» августа 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.11 Психология личности и профессиональное самоопределение
по специальности
19.02.10. Технология продукции общественного питания

2020 г.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 19.02.10. Технология продукции общественного питания, приказ Министерства образования и науки от 22 апреля 2014 г. № 384 (Зарегистрировано в Минюсте России 23 июля 2014 г. № 33234) и примерной образовательной программой общепрофессиональной учебной дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» для профессиональных образовательных организаций по специальности 19.02.10. Технология продукции общественного питания .

Обсуждена и одобрена на заседании предметно-цикловой комиссии «28 »августа 2020 г.
преподавателей и мастеров обучения
производственного общепрофессиональных дисциплин

Протокол № 1
Председатель ПЦК: Мирзаянова В.В.



Разработчик: Федорова В.В., преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 19.02.10 «Технология продукции общественного питания».

Примерная программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (программы повышения квалификации и профессиональной переподготовки) по специальностям

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

1.3 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Цель курса психологии личности и профессионального самоопределения, формирование психолого-педагогической культуры обучающихся, способности использовать полученные знания для решения задач личностного саморазвития и самосовершенствования, а также эффективной профессиональной социализации

Задачи учебной дисциплины

- умение воспринимать и адекватно оценивать свои профессиональные и личностные возможности, с учетом характерологических особенностей, целей, мотивов;
- иметь представление о структуре личности, самосознании, мотивационно-потребностной сфере, направленности личности;
- иметь представление о направлениях и средствах саморазвития в межличностной и профессиональной сферах;

- иметь представление о способах профессионального самоопределения.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

Знать:

- определение личности
- типы темперамента
- понятие о характере
- стили общения
- типы конфликтов
- определение карьеры и карьерной стратегии
- внешние и внутренние факторы, влияющие на развитие карьеры
- профессиональные типы личности
- классификацию профессий
- понятие «рынок труда»
- понятие безработицы, виды безработицы
- структуру профессионального резюме
- принципы составления профессионального резюме.

Уметь:

- развивать навыки самоанализа
- определять типы темперамента
- определять стили общения
- решать проблемы самовыражения
- определять способы разрешения конфликтов
- определять личную стратегию
- определять внешние и внутренние факторы, влияющие на развитие карьеры
- определять профессиональную направленность
- определять типы темперамента
- анализировать процесс развития индивидуальной карьеры

- уметь ориентироваться на рынке труда
- составлять профессиональное резюме.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 48 часов, том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 32 часов;
практические занятия обучающегося 14 часов;
самостоятельной работы обучающегося 16 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
теоретические занятия	32
практические занятия	14
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	16
Аттестация в форме дифференцированного зачета	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
«Психология личности и профессиональное самоопределение»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, контрольные работы и практические занятия	Объем часов	Уровень освоения
Тема 1. Развитие навыков	Содержание учебного материала	7	
	1. Личность. Индивидуальные особенности личности.	1	2
	2. Сильные и слабые стороны личности.	1	
	3. Типы темперамента. Профессия и темперамент.	2	
	Самостоятельная работа. Темперамент и выбор профессии	3	
	Практическое занятие: ПЗ № 1 Определение типа темперамента «Личностный опросник» (тест Айзнека) ПЗ №2 Опросник структуры темперамента по В.Русалову.	4	
Тема 2. Культура общения	Содержание учебного материала	8	
	1. Общение и взаимопонимание.	2	2

	2. Стили общения. Мимика. Жесты.	2	
	3. Эмоции и чувства.	1	
	4. Проблемы эмоционального самовыражения.	1	
	5. Конфликт. Конфликтные ситуации. Способы разрешения конфликтов.	2	
	Практическое занятие: ПЗ №3 Проведение индивидуального самоанализа «Мои черты характера» (Самодиагностика) ПЗ №4 Определение стиля поведения в конфликтной ситуации (тест К.Томаса)	4	
Тема 3. Ценности, как основание личности и профессиональной стратегии.	Содержание учебного материала	6	
	1. Понятие «ценность», «ценостные ориентации».	1	2
	2. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	2	

	Самостоятельная работа: Мини-сочинение: «Мои жизненные цели, ценности и выбор профессии»	3	
	Содержание учебного материала	5	
	1.Профессиональное самоопределение, социальная значимость и важность выбранной профессии.	2	2
Тема 4. Профессиональная деятельность в жизни человека.	Самостоятельная работа: Подготовить сообщение на тему: «Сущность профессионального самоопределения»	3	2
	Практическое занятие: ПЗ № 5 Выявление и оценка коммуникативных и организаторских способностей (КОС-1)	2	
Тема 5. Карьера и карьерная стратегия	Содержание учебного материала	12	
	1. Понятие «карьера» и «карьерная стратегия»	2	2
	2. Карьерные ресурсы	1	

	3. Внешние и внутренние факторы, влияющие на развитие карьеры.	2	
	4. Роль интересов и склонностей в выборе профессии. Диагностика интересов.	2	
	5. Взаимоотношение между профессией и человеком.	2	
	Самостоятельная работа. «Составить диагностическую карту Диагностика интересов»	3	
	Практическое занятие: ПЗ № 6 Определение степени выраженности интересов к разным группам (типу) профессий	2	
Тема 6. Рынок труда. Ориентиры на рынок труда.	Содержание учебного материала	4	
	1. Понятие «рынок труда». Его требования к профессиональному. Соотношение спроса и предложения на рынке труда.	1	2
	2. Трудовой кодекс РФ. Понятие «безработица»	1	

	Самостоятельная работа «Анализ спроса и предложений на рынке труда»	2	
	Практическое занятие: ПЗ № 7 Знакомство и работа с информационными буклетами, сайтами, справочниками «Моя будущая профессия»	2	
Тема 7. Профессиональное резюме.	Содержание учебного материала	4	
	1. Профессиональное резюме. Типы профессионального резюме.	2	2
	Самостоятельная работа. « Составление профессионального резюме».	2	
Дифференцированный Зачет		2	
Всего		48	

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Оборудование учебного кабинета: легко перемещаемые в пространстве столы, стулья, доска.

Технические средства обучения: компьютер, проектор, экран, мультимедийные средства обучения (компьютерные презентации, фильмы).

Наглядные пособия (плакаты, схемы, таблицы):

- компьютерное обеспечение (презентации);
- программно-аппаратный комплекс RAY S222Mi

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Шеламова Г. М. Деловая культура и психология общения: учебное пособие / Г. М. Шеламова .-М.: Академия, 2017.
2. Белинская Е.П. Социальная психология личности: Учебное пособие / Е.П. Белинская. - М.: Академия, 2015. - 304 с.

Дополнительные источники:

1. Гречов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2007. – 224с.
2. Исмагилова Ф.С. Основы профессионального консультирования: Учеб. пособие / Науч.Ред.Э.Ф.Зеер. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2013. – 256с.
3. Соломин Л.И. Современные методы психологической экспресс- диагностики и профессионального консультирования . / - СПб.: Речь, 2016. – 280с.:ил.
4. . Дидактический материал по психологии общения./А.К. Тургиева. – М: Академия, 2014 . – 55 с.

Интернет ресурсы

4. 1. Сборник электронных курсов по психологии: <http://www.ido.edu.ru/psychology>
5. 2. Климов Е.А. Психология личности и профессиональное самоопределение. (Электронный учебник). Режим доступа: <http://znakka4estva.ru/g-d->

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования.

Обучение по учебной дисциплине завершается итоговым контролем в форме зачета. Зачет проводится преподавателем по тестовым заданиям.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения: - развивать навыки самоанализа	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять типы темперамента	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять стили общения	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- решать проблемы самовыражения	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять способы разрешения	Текущий контроль: практическая

конфликтов	работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять личную стратегию	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять внешние и внутренние факторы, влияющие на развитие карьеры	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять профессиональную направленность	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- определять типы темперамента	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- анализировать процесс развития индивидуальной карьеры	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- уметь ориентироваться на рынке труда	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение практической работы Итоговый контроль: зачёт
- составлять профессиональное резюме.	Текущий контроль: практическая работа/наблюдение в процессе выполнение

	практической работы Итоговый контроль: зачёт
Освоенные знания: - определение личности	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт
- типы темперамента	Текущий контроль: тестирование, фронтальный опрос Итоговый контроль: зачёт
- понятие о характере	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт
- стили общения	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт
- типы конфликтов	Текущий контроль: тестирование, фронтальный опрос Итоговый контроль: зачёт
- определение карьеры и карьерной стратегии	Текущий контроль: тестирование, фронтальный опрос Итоговый контроль: зачёт
- внешние и внутренние факторы, влияющие на развитие карьеры	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт
- профессиональные типы личности	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт
- классификацию профессий	Текущий контроль: тестирование, фронтальный опрос Итоговый контроль: зачёт

- понятие «рынок труда»	Текущий контроль: тестирование, фронтальный опрос Итоговый контроль: зачёт
- понятие безработицы, виды безработицы	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт
-структуру профессионального резюме	Текущий контроль: тестирование, фронтальный опрос Итоговый контроль: зачёт
- принципы составления профессионального резюме	Текущий контроль: тестирование, устный опрос Итоговый контроль: зачёт