

**ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"НИКОЛАЕВСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ"**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ФАКУЛЬТАТИВНОГО ПРЕДМЕТА
Б.03 СОЦИАЛЬНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ**

р.п. Николаевка
2023 г.

РАССМОТРЕНА и
РЕКОМЕНДОВАНА

на заседании МО

Председатель МО

И.А. Кивгазова/

Протокол заседания МО

№ 1 от «05» 09 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОГБПОУ НикГТ
Я.У. Юнушев/
«05» 09 20 23 г.

Разработчик: Юдина Л.С., преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22

**1.ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ФАКУЛЬТАТИВНОГО ПРЕДМЕТА
Б.03 СОЦИАЛЬНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ**

1.1. Область применения программы дисциплины

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы, разработанной ОКПДТР 16675 «Повар», для основной программе профессионально обучения – программы профессиональной подготовки, основной адаптационной общеобразовательной программы для студентов с интеллектуальными нарушениями (умственной отсталостью) в соответствии с ФГОС.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

Цели дисциплины:

- обеспечение педагогического сопровождения профессионально-личностного развития студентов, включающего в себя: расширение знаний о себе, своих возможностях и способностях, о мире профессионального труда; соотнесения их с личностно и профессионально важными качествами; развитие умений ориентироваться в мире людей, занимать активную жизненную позицию, преодолевать трудности адаптации и самореализации в профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

1. Подготовить студентов к осознанию и пониманию многообразия окружающего мира; расширить границы самовосприятия, пробуждать потребность в личностном и профессиональном росте и развитии.
2. Формировать положительное отношение к себе, осознание себя как индивидуальности, уверенности в своих способностях применительно к реализации себя в будущей профессии.
3. Ознакомить со спецификой организации рынка труда в условиях конкуренции.
4. Развивать интерес к самому себе, формировать собственную культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания.

1.4. В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:

- применять техники профессионально-личностного развития;
- использовать приемы саморегуляции в процессе межличностного общения;
- определять перспективы и направления профессионально-личностного роста, пути и способы самосовершенствования;
- эффективно взаимодействовать с другими людьми в процессе совместной учебно-профессиональной деятельности;
- осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами;

- выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению.

В результате освоения учебной дисциплины студенты должны знать:

- комплекс понятий: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения, компьютерная грамотность, и др.;
- свои индивидуальные возможности и способности;
- роль и значение индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических условиях производства;
- специфику организации рынка труда в условиях конкуренции.
- основные этапы личностно-профессионального самосовершенствования и саморазвития.

1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 30 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 30 часов.

1.6. «При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на территории Ульяновской области реализация образовательной программы учебной дисциплины, а также проведение зачётов, экзаменов, завершающих освоение рабочей образовательной программы, (пишут только в тех учебных программах, где по учебному плану зачёты и экзамены предусмотрены), осуществляется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий».

При необходимости можно расписать особенности проведения учебных занятий, практических и лабораторных работ в дистанционном формате. Например, Лабораторные и практические работы будут продемонстрированы на платформе дистанционного обучения НикТТ.

Внести в рабочие программы учебных дисциплин следующие нормативные документы:

« - Федеральный закон от 29.12.2012г № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (если он не указан)

- Федеральный закон от 08.06.2020г № 164 –ФЗ «О внесении изменений в статьи 71.1 и 108 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816».

**2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Б.03 СОЦИАЛЬНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
Тема 1. Человек в мире профессий и людей. Самопознание себя и других.	<p>В результате изучения темы студент должен уметь: ориентироваться в мире профессий и специальностей, занимать активную жизненную позицию, преодолевать трудности адаптации и самореализации в профессиональной деятельности.</p> <p>знать: особенности, содержание и процесс трудовой деятельности, специфику организации рынка труда в условиях конкуренции;</p> <ul style="list-style-type: none"> - иметь представление о мире профессионального труда; - владеть понятиями культура труда, профессионализм, профессиональный идеал. 	5		
	Содержание учебного материала			3
	1.1.	Труд в жизни человека и общества. Мир профессий: дороги, которые мы выбираем. Содержание и характер труда. Культура труда. Понятие	1	1
	1.2.	о профессионализме, требования к профессионалу. Профессиональный идеал и профессиограммы.	1	2
	1.3.	Перспективы изменения мира профессий. Непрерывность современного профессионального образования.	1	1
	Практическое занятие №1. Представление самого себя. Выработка правил работы в группе. Анкетирование « Кто Я? Какой Я?»		1	
	Практическое занятие № 2.		1	

	Определение качеств и характеристик профессионала 21 века. Вызовы глобального мира: пути их решения (деловая игра – дискуссия).		
Тема 2. Ценности и ценностные ориентации личности и профессии	В результате изучения темы студент должен уметь: осуществлять самодиагностику собственных ценностей, профессиональных склонностей и интересов; знать: собственные личностные и профессиональные ценностные ориентации и мотивы; типы и виды ценностей.	5	
	Содержание учебного материала	3	
	2.1. Понятие о ценностях и ценностных ориентациях личности, их значении в профессиональном становлении человека. Типы и виды ценностей: ценности материально духовные; ценности цели и ценности-средства, ценности-отношения и ценности-качества.	1	2
	2.2. Соотношение общечеловеческих и профессиональных ценностей в выборе профессии и специальности.	1	2
	2.3. Профессионально ценностные ориентации и профессиональная направленность личности.	1	2
	Практическое занятие № 3. Диагностика и самоанализ терминальных и инструментальных ценностей, выполнение теста «Ценностные ориентации» (методика М. Рокича «Ценностные ориентации»).	1	

	Практическое занятие № 4. Самодиагностика профессиональных склонностей и интересов по типам профессий (с помощью дифференциально-диагностического опросника Е. А. Климова).	1	
Тема 3. Саморазвитие личности и личностно-профессиональное самоопределение и самореализация	В результате изучения темы студент должен уметь: - применять техники профессионально-личностного развития; - раскрывать внутренние потенциальные возможности своей личности. знать: - роль и значение индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических условиях производства; - истоки профессионально-личностного самоопределения; - потребности и мотивы самоопределения; - основные закономерности развития своих возможностей и способностей.	5	
	Содержание учебного материала	3	
	3.1. Представление о себе. Образ «Я» как система представлений о себе. Структура образа «Я»; знания о себе, оценка себя, умение управлять собой.	1	2
	3.2. Потребности и мотивы как условие активности личности. Многообразие личностных качеств. Активная роль личности при выборе профессии. Классификация профессий разных типов: «человек-природа», «человек-человек», «человек-техника», «человек-знак», «человек - художественный образ».	1	2
	3.3. Саморазвитие личности и профессиональное	1	2

		самоопределение. Способы и приемы самопознания. Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.		
		Практическое занятие № 5. Составление программы саморазвития и пути ее реализации.	1	
		Практическое занятие № 6. Определение способов осознания и осмысления своего внутреннего мира. Современные психотехники и их роль в личностно-профессиональном самопознании и саморазвитии: релаксация, концентрация, визуализация, самовнушение, актуализация эмоционального опыта.	1	
Тема 4. Когнитивные основы овладения профессией, специальностью		В результате изучения темы студент должен уметь: - осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами; - выполнять презентации в программе « PowerPoint». знать: - закономерности формирования общеучебных умений и навыков; - понятие «успех» в жизни и профессиональной деятельности; - особенности работы с информацией.	5	
		Содержание учебного материала	3	
	4.1.	Успешность в профессиональной деятельности.	1	2
	4.2.	Речемыслительные действия (умения). Общеучебные умения и навыки.	1	2
	4.3.	Современные информационные технологии. Понятие:	1	2

		«компьютерная грамотность». Поиск, анализ и обработка информации. Работа с различными источниками информации. Презентация: типы, формы, структура.		
		Практическое занятие № 7. Диагностика учебно-интеллектуальных умений и действий. Решение познавательных задач на сравнение, обобщение, нахождение отношений между фактами, явлениями, понятиями. Развитие умения делать умозаключение.	1	
		Практическое занятие № 8. Представление результатов обработки информации. Презентация. Правила презентации. Как подготовить презентацию?	1	
Тема 5. Основы социально- коммуникативной деятельности		В результате изучения темы студент должен уметь: эффективно взаимодействовать с другими людьми в процессе совместной учебно-профессиональной деятельности, владеть самопрезентацией; - использовать приемы саморегуляции в процессе межличностного общения. знать: - структуру личности; - тактики поведения в конфликте; - виды устной и письменной коммуникации; - основы самопрезентации.	5	
		Содержание учебного материала	4	
	5.1	Личность и межличностные отношения в группах. Совместная деятельность в трудовом коллективе. Тактики поведения в конфликте.	1	2
	5.2	Социально-профессиональная мобильность.	1	1

		Ответственность.		
	5.3	Письменная и устная деловая коммуникация. Сотрудничество. Продуктивная групповая коммуникация.	1	2
	5.4	Особенности самовыражения и самооценивания.	1	2
	Практическое занятие № 9. Выполнение теста «Коммуникативные и организаторские способности» (КОС). Анализ, обсуждение, выводы.		1	
Тема 6. Личностно-профессиональный рост и самосовершенствование	В результате изучения темы студент должен уметь: - определять перспективы и направления профессионально-личностного роста, пути и способы самосовершенствования; - выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению. знать: - основные этапы личностно-профессионального самосовершенствования и саморазвития; - направления личностно-профессионального роста.		4	
	Содержание учебного материала		3	
	6.1	Сущность и направления личностно-профессионального роста.	1	2
	6.2	Основные этапы процесса самосовершенствования и саморазвития.	1	2
	6.3	Профессиональный идеал и его роль в профессиональном становлении личности.	1	2

	Практическое занятие № 10. Самооценка и самоанализ степени сформированности необходимых для профессии или специальности свойств личности.	1	
	Итоговый тест	1	
	Всего	30	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация дисциплины требует наличия учебного кабинета общественных дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя;
- доска магнитная;
- мебель: стеллажи, полки, шкафы.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер (ПК);
- мультимедиа;
- видеопроектор, видеоплеер,
- экран.

Диагностического обеспечения программы:

- анкеты «Мои жизненные ценности», «Моя профессиональная перспектива»;
- дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова;
- методика анализа и самоанализа личности учащихся;
- методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей;
 - опросник личной профессиональной перспективы по Н.С. Пряжникову, профессиограммы;
- шкала социально-психологической адаптированности;
- тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева;
- тесты по определению уровня развития социально и профессионально значимых качеств обеспечивающих профессионально-личностное развитие.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

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

Основные источники:

Грецов, А.Г. Выбираем профессию: советы практического психолога. - СПб.: Питер, 2017. - 216 с.

Дидактический материал по курсу "Твоя профессиональная карьера" / Под ред. С.Н. Чистяковой. - М.: Просвещение, 2020. - 112 с.

Зеер, Э.Ф. Психология профессионального развития. - М.: Академия, 2019. - 240 с.

Иванова, Е.М. Психология профессиональной деятельности: Учеб. пособие. - М.: ПЕР СЭ, 2018. - 382 с.

Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения. - М.: Академия, 2017. - 302 с.

Климов, Е.А. "Потемки" и "светильники" в становлении профессионала: пособие для занятых трудовым и профессиональным самовоспитанием. - М.: МПСИ, 2018. - 177 с.

- Лобанов, А.А. «Основы профессионально-педагогического обучения». Учебное пособие для студентов высших учебных заведений – 2-е издание, стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019 – 192 с.
- Личность и профессия: психологическая поддержка и сопровождение: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Л.М. Митина, Ю.А. Кореляков Г.В. Шавырина и др.; под редакцией Л.М. Митиной – М.: Издательский центр «Академия», 2018 – 336 с.
- Маркова, А.К. Психология профессионализма. - М.: Знание, 2019. - 308 с.
- Пряжников, Н.С. Теория и практика профессионального самоопределения. - М.: МГППИ, 2020. - 108 с.
- Психологические основы профессиональной деятельности: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. В.А. Бодров. - М.: Логос, 2017. - 855 с.
- Стрелков, Ю.К. Инженерная и профессиональная психология. - М.: Академия, 2020. - 360 с.
- Укке, Ю.В. Диагностика сознательного выбора профессий у японских школьников // Вопросы психологии. -2018. - №6. - С. 150-157.
- Фадеева, Е. И., Ясюкевич, М.И. От выбора профессии к успеху в жизни: Учебно-методич. пособие. - М.: Перспектива, 2018. - 125 с.

Дополнительные источники:

1. Зимняя, И.А. «Педагогическая психология». Учебное пособие – Ростов Н/Д: Издательство «Феникс», 2017 – 480 с.
2. Психологический тренинг с подростками./ Л.Ф. Анн – СПб: Питер, 2018- 271 с.
3. Практикум по возрастной и педагогической психологии; Для студентов средних педагогических учебных заведений / Авт. – сост. Е.Е. Данилова; под. ред. И.В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 2019 – 160 с.
4. Поляков, В.А. Технология карьеры. М.: Дело ЛТД, 2019. 128 с.
5. Пряжников, Н.С. Профориентационные игры: Проблемные ситуации, задачи, карточные методики. М.: Изд-во МГУ, 2019. 87 с.
6. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. М.: Изд-во: Институт практической психологии, Воронеж: НПО "МОДЭК", 2018 246 с.
7. Пряжников, Н.С. Психологический смысл труда. М.: Изд-во "Институт практической психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 2018. 352 с.
8. Франкл, В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 2019. 368 с.
9. Фромм, Э. Человек для себя. Мн.: Коллегиум, 2020. 253 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.e-profobr.ru/index.html>
2. http://www.ido.edu.ru/psychology/labour_psychology/index.html
3. <http://www.psybooks.ru/index.php>.
4. auditorium.ru
5. <http://www.lib.ru/PSIHO>.
6. <http://psinfo.ru>.

3.3. Общие требования к организации образовательного процесса по дисциплине.

Представленная программа дисциплины носит пропедевтический характер. Целью его является актуализация процесса самоопределения студентов за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотношения с социальными и профессионально важными качествами в процессе обучения, развития и самодиагностики. В соответствии с заданной целью выстраивается содержание и логика курса, каждого занятия: от личностного к профессиональному самоопределению и реализации.

В тематический план предложенного курса включены шесть тем:

«Человек в мире профессий»;

«Ценности и ценностные ориентации личности и профессии»;

«Развитие личности и личностно-профессиональное самоопределение и самореализация»;

«Когнитивные основы овладения профессией, специальностью»;

«Основы коммуникативной деятельности и профессионального общения»;

«Профессионально-личностный рост и самосовершенствование», которые отражают теоретические и практические аспекты профессионально-личностного развития и самоопределения конкурентоспособного рабочего и специалиста.

Технологической основой реализации дисциплины выступают интерактивные методы профессионально-личностного развития, направленные на формирование опыта личностного и профессионального роста и совершенствования.

Каждая тема должна содержать пакет информационно-методических материалов, включающих планы учебных занятий, диагностические методики, задания и упражнения. При реализации теоретической и практической частей программы дисциплины необходимо использовать комплекс различных форм организации и методов обучения учитывающий принципы активизации, индивидуализации, партнерского общения, самообучения.

Для сообщения и освоения студентами содержания программы дисциплины применяются: эвристические беседы, дискуссии, минилекции, групповые консультации, анализ и обсуждения конкретных ситуаций, практические задания и упражнения.

При изучении данного курса студенты выполняют различные диагностические процедуры, самостоятельно оценивают достигнутый уровень сформированности того или иного умения и фиксируют полученные данные в рабочих тетрадях.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы оценки результатов обучения
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять техники профессионально-личностного развития; - использовать приемы саморегуляции в процессе межличностного общения; - определять перспективы и направления профессионально-личностного роста, пути и способы самосовершенствования; - эффективно взаимодействовать с другими людьми в процессе совместной учебно-профессиональной деятельности - осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами; - выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятия: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения; - структура личности, пути развития своих возможностей и способностей; - роль и значение индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических условиях производства; - истоки профессионально-личностного самоопределения; - специфика организации рынка труда в условиях конкуренции; - основные этапы личностно-профессионального самосовершенствования и саморазвития. 	<p><i>Экспертная оценка хода выполнения практического задания на практических занятиях</i></p> <p><i>Процесс выполнения деятельности на практических занятиях</i></p> <p><i>Презентация результатов творческих и поисковых работ</i></p> <p><i>Наблюдение за деятельностью обучающихся на практических занятиях</i></p> <p><i>Тестирование</i></p> <p><i>Устный опрос</i></p> <p><i>Интервьюирование</i></p> <p><i>Дифференцированный зачет</i></p>