

Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Республики Крым
«Симферопольский колледж радиоэлектроники»

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
по учебной работе

В.И. Полякова
«24 » 11 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Психология личности и профессиональное самоопределение
(адаптационная)

Профессия: 54.01.20 Графический дизайнер

г. Симферополь,
2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.12 Психология личности и профессиональное самоопределение (адаптационная)**, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по профессии среднего профессионального образования профессии **54.01.20 Графический дизайнер**, утвержденного приказом Министерства образования и науки от 09. 12. 2016 г. № 1543

Организация разработчик - Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Крым «Симферопольский колледж радиоэлектроники»

Разработчик – преподаватель ГБПОУ РК «Симферопольский колледж радиоэлектроники»:

- Лялечкина Зинаида Павловна

Рассмотрено и одобрено на заседании цикловой методической комиссии № 5
«21» ноября 2025 г. Протокол №4а

Председатель ЦМК  И.О. Кадинский

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.12 Психология личности и профессиональное самоопределение (адаптационная) входит в адаптационный общепрофессиональный учебный цикл по профессии 54.01.20 Графический дизайнер.

При составлении программы учтена Рабочая программа воспитания ГБПОУ РК «Симферопольский колледж радиоэлектроники» по профессии 54.01.20 Графический дизайнер.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01-05

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
OK 01-05	<p>-Применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;</p> <p>-использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;</p> <p>-на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;</p> <p>-планировать и составлять временную перспективу своего будущего;</p> <p>-успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде.</p>	<p>-Необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;</p> <p>-простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, - основные механизмы психической регуляции поведения человека;</p> <p>-современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;</p> <p>-основные принципы и технологии выбора профессии;</p> <p>-методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.</p>

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	62
В том числе практической подготовки	22
в том числе:	
теоретическое обучение	28
лабораторные занятия	-
практические занятия	22
курсовая работа (проект)	-
контрольная работа	-
Самостоятельная работа	10
Консультации	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта	2

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1.	Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.	4	
Тема 1.1 Психология профессиональной деятельности.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1.Основные признаки профессиональной деятельности. Деятельность: понятие, виды, структура, элементы и компоненты деятельности. Сущность профессионального самоопределения. Терминология, основы профессионального самоопределения. Простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями. Основные механизмы психической регуляции поведения человека.</p> <p>Лабораторные занятия</p> <p>Практические занятия</p> <p>1.Склонность личности к различным сферам профессиональной деятельности. Тест для выявления начального уровня готовности студентов к профессиональному самоопределению.</p> <p>Контрольные работы</p> <p>В том числе в форме практической подготовки</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
Раздел 2.	Проблема выбора. Профессиональная непригодность.	4	

Тема 2.1 Профотбор и профессиональная пригодность.	Содержание учебного материала.	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
	1. Понятие профпригодность, профессионально важные качества. Способности и профпригодность. Профессиональные типы личности. Факторы, влияющие на выбор профессии. Ошибки выбора профессии. Понятие и свойства профессиональной непригодности. Современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью.		
	Лабораторные занятия.		
	Практические занятия.		
	1. Решение ситуационных задач		
Раздел 3.	Контрольные работы.	-	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
	В том числе в форме практической подготовки		
	Самостоятельная работа обучающихся.		
Тема 3.1 Технология выбора профессии.	Технология выбора профессии. Правильные ориентиры.	14	
Раздел 3.	Содержание учебного материала.	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
	1. Правила выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Возможности личности в профессиональной деятельности. Современный рынок труда. Понятие конкурентоспособности.		
	Лабораторные занятия.		
	Практические занятия.		
	1. Определение степени выраженности интересов к разным группам (типов) профессий «Дифференциально-диагностический опросник» (Е.Н.Климов). 2. Выявление отношения к различным видам деятельности. «Опросник профессиональных предпочтений» (методика Голланда). 3. Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».		
Раздел 4.	Контрольные работы.	-	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
	В том числе в форме практической подготовки		
	Самостоятельная работа обучающихся. Реферат на заданные темы		
Тема 4.1 Психология личности.	Личностные регуляторы выбора профессии Понятие о личности, ее структуре.	14	
Тема 4.1 Психология личности.	Содержание учебного материала.	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04
	1.Понятия личность, человек, индивид, индивидуальность и их соотношение. Структура личности. Свойства и индивидуально-типологические особенности личности. Особенности личности, влияющие на выбор профессии. Личностные регуляторы выбора профессии.		

	<p>2. 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.</p> <p>Лабораторные занятия.</p> <p>Практические занятия.</p> <p>1. Планирование и составление временной перспективы своего будущего. Составление резюме. Составление плана профессиональной карьеры.</p> <p>2. Определение профессионального типа личности (Тест Дж. Голланда (Дж. Холланда))</p> <p>3. Определение ведущих мотивов деятельности. Методика «Мотивы выбора профессии»</p> <p>Контрольные работы.</p> <p>В том числе в форме практической подготовки</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся. Реферат на заданные темы</p>	2	OK.05
		-	
		6	
		-	
		6	
		4	
Раздел 5.	Психические процессы и волевая регуляция человека.	2	
Тема 5.1 Понятие о психических процессах. Волевая регуляция деятельности человека.	<p>Содержание учебного материала.</p> <p>1. Общие понятия о психике. Сознание, как высшая форма психики. Психические процессы. Психические состояния. Свойства психики. Определение понятия «воля». Волевая регуляция деятельности человека.</p> <p>Лабораторные занятия</p> <p>Практические занятия</p> <p>Контрольные работы</p> <p>В том числе в форме практической подготовки</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся</p>	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
		-	
		-	
		-	
		-	
		-	
Раздел 6. Характер, темперамент и направленность личности.		8	
Тема 6.1 Характер, темперамент в структуре личности.	<p>Содержание учебного материала.</p> <p>1. Определение понятия «личность». Направленность личности. Понятие характера. Физиологические основы характера. Структура характера, черты, акцентуации.</p> <p>2. Темперамент. 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.</p> <p>Лабораторные занятия.</p>	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
		2	
		-	

	Практические занятия. 1. Определение типа темперамента «Личностный опросник» (тест Айзенка). 2. Проведение индивидуального самоанализа «Мои черты характера» (Самодиагностика).	4	
	Контрольные работы.	-	
	В том числе в форме практической подготовки	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 7.	Познание задатков и способностей.	2	
Тема 7.1 Способности и задатки.	Содержание учебного материала. <u>1. Способности, задатки и индивидуальные различия людей.</u> Профессиональные способности и их формирование. Способности, как свойство личности. Виды способностей. Развитие способностей. Лабораторные занятия Практические занятия Контрольные работы В том числе в форме практической подготовки Самостоятельная работа обучающихся	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
Раздел 8.	Самопознание. Самовоспитание личности.	2	
Тема 8.1 Самопознание. Самовоспитание личности.	Содержание учебного материала. <u>1. Понятие самопознание. Самосознание и его роль в развитии личности.</u> Способы и средства самопознания. Развитие личности в процессе самовоспитания. Движущие силы и механизм самовоспитания личности. Нравственный идеал и самовоспитание. Самовоспитание и выбор профессии. Лабораторные занятия. Практические занятия. Контрольные работы. В том числе в форме практической подготовки Самостоятельная работа обучающихся.	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04 OK.05
Раздел 9.	Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.	8	
Тема 9.1 Психология профессионального самоопределения на	Содержание учебного материала. <u>1. Основные подходы к определению понятия «профессиональное самоопределение».</u> Стадии профессионального становления личности. Профессиональное и личностное самоопределение в юношеском возрасте. Особенности юношеского возраста. Образ «Я» и	2	OK.01 OK.02 OK.03 OK.04

разных стадиях возрастного развития.	характер профессиональной деятельности. Методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.	2	OK.05
	2. <u>Факторы, определяющие успешность профессионального выбора.</u> Изучение факторов, влияющих на профессиональный выбор молодежи, таких как социальные ожидания, личные ценности и установки.		
	3. <u>Карьерное планирование: шаги к успеху.</u> Разработка стратегии карьерного роста, постановка целей и подготовка планов действий по достижению поставленных задач.		
	Лабораторные занятия.		
	Практические занятия.		
	Контрольные работы.		
	В том числе в форме практической подготовки		
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка доклада		
	Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий.		
	Содержание учебного материала.		
Тема 10.1 Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий.	1. <u>Общее представление о профессии.</u> Основные подходы к классификации профессий.	2	OK.01
	Профессиография и профессиограмма.	-	OK.02
	Лабораторные занятия.	-	OK.03
	Практические занятия.	-	OK.04
	Контрольные работы.	-	OK.05
	В том числе в форме практической подготовки	-	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Промежуточная аттестация		2	
Консультации		-	
Всего:		62	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия кабинета социально-экономических дисциплин

Оборудование учебного кабинета:

Рабочее место преподавателя

Рабочие места обучающихся

Комплект учебно-методической документации

Необходимая для проведения практических занятий методическая и справочная литература (в т.ч. в электронном виде).

Технические средства обучения: компьютер, мультимедийный проектор, экран – 1 шт., мультимедийные презентации.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные электронные издания (электронные ресурсы):

Корягина, Н. А. Психология общения : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. А. Корягина, Н. В. Антонова, С. В. Овсянникова. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19627-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581556> (дата обращения: 15.11.2025).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Формы и методы оценки</i>
<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими; - применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими; - 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. 	<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 обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.</p> <p>«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.</p>	<p>Устный опрос</p> <p>Самостоятельная работа.</p> <p>Практическое занятие</p> <p>Подготовка доклада</p> <p>Решение ситуационных задач</p>