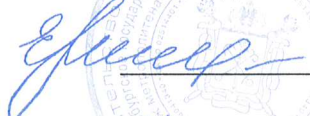


**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОЛЛЕДЖ МЕТРОПОЛИТЕНА И ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор СПб ГБПОУ
«Колледж метрополитена»

 В.Г. Апаницин

« 31 » августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«СГ.06 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»**

*программа подготовки специалистов среднего звена
по специальности СПО*

49.02.01 «Физическая культура»

срок обучения 3 года 10 месяцев

Программа дисциплины СГ.06 «Психология личности и профессиональное самоопределение» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта /далее – ФГОС/ по специальности среднего профессионального образования /далее – СПО/ 49.02.01 «Физическая культура» и в соответствии с учебным планом.

Составитель:

Долгова В.А.-преподаватель

ОДОБРЕНО

на предметно-цикловой комиссии
гуманитарных дисциплин
Протокол № 10 от 23 мая 2023 г.

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО

на педагогическом совете
СПб ГБПОУ «Колледж метрополитена»
Протокол № 22 от 27 июня 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.06 «Психология личности и профессиональное самоопределение»

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины СГ.06 «Психология личности и профессиональное самоопределение» является вариативной частью программы подготовки специалистов среднего звена ориентирована на ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» входит в состав цикла общепрофессиональных дисциплин.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины: **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:

- *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.*

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК):

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий, и профессиональные:

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 72 часа

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
в форме практической подготовки	4
Лекционные занятия	42
практические занятия	30
контрольные работы	
курсовая работа	
Самостоятельная работа студента (всего)	-
Промежуточная аттестация по дисциплине	2
Дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
СГ.06 «Психология личности и профессиональное самоопределение»
Содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел I. Введение в дисциплину		2	
Тема 1.1 Профессиональная деятельность и общение	Содержание учебного материала	4	
	Введение. Роль общения в жизни человека. Понятие «профессиональная деятельность», «профессиональное общение», «профессиональная культура». Психологическая компетентность и личный успех. Особенности профессиональной деятельности педагога по физической культуре. Психология, предмет, объект психологии профессионального общения. Взаимосвязь общения и деятельности, цели, функции, виды и уровни общения. Основы и сущность профессионального самоопределения		1
Раздел II. Психология общения			
Тема 2.1 Психологическая характеристика процесса общения	Содержание учебного материала	4	
	Характеристика общения. Структура общения. Функции общения. Виды общения. Уровни общения. Цели, функции, виды и уровни общения. Деловое общения. Понятие делового общения. Принципы делового общения. Формы делового общения. Взаимосвязь общения и деятельности. Простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления собственными психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека		2
Тема 2.2 Методы воздействия на субъекты общения	Содержание учебного материала Причины плохой коммуникации. Коммуникативная компетентность. Механизмы процесса восприятия. Методы воздействия на субъекты общения. Механизмы взаимопонимания в общении. Установление психологического контакта. Психологический контакт. Принципы установления психологического контакта. Приемы установления психологического контакта.	4	2

	Практическое занятие по отработке умений применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими Практическое занятие № 1. Определение методов воздействия на субъекты общения.	3	
	Методы исследования общения. Ролевое общение (решение задач). Тренинг общения: тренинг эффективного слушания, эффективного общения		
Раздел III Личность в профессиональном общении			
Тема 3.1 Познавательные процессы в профессиональном общении	Содержание учебного материала Классификация познавательных процессов. Функции познавательных процессов. Интеллект и общение. Виды социальных взаимодействий. Понятия «эмоции» и «чувства». Классификация эмоций. Расстройства эмоциональной сферы. Механизмы взаимопонимания в общении. Современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессией требований к психологическим особенностям человека, его здоровью	5	
	Практическое занятие по отработке умения использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения Практическое занятие № 2. Определение познавательных процессов и эмоционального состояния в профессиональном общении	4	
Тема 3.2 Личностные проявления субъектов общения	Содержание учебного материала Человек, индивид, индивидуальность. Возрастные, гендерные, национальные особенности личности. Способности. Темперамент. Воля. Механизмы взаимопонимания в общении Характер и типы акцентуации характера. Конституциональная типология личности.	4	
	Практическое занятие по отработке умения на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения Практическое занятие № 3. Анализ личностных проявлений на субъекты профессионального общения	4	

Тема 3.3 Мотивация и стимулирование профессиональной	Мотив, мотивация, стимул. Потребности (иерархия потребностей А. Маслоу). Притязания на успех. Социальные проблемы мотивации. Роли и ролевые ожидания в общении. Мотивационные факторы. Проектирование развития мотивации. Результаты мотивацион-	4	
деятельности	ной активности. Роли и ролевые ожидания в общении. Практическое занятие по отработке умения на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения Практическое занятие № 4. Изучение методики мотивации в профессиональной деятельности (К. Замфир в модификации А.А. Реана)	4	2
Раздел IV Сложные ситуации в профессиональной деятельности			
Тема 4.1 Конфликты и его психологическая характеристика. Пути преодоления конфликтов	Конфликт, его социальная значимость. Структура конфликта. Функции конфликта. Динамика конфликта. Типология конфликтов. Источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов. Основные принципы и технологии выбора профессии; Практическое занятие планировать и составлять временную перспективу своего будущего Практическое занятие № 5. Анализ конфликтов и его психологической характеристики. Особенности механизма возникновения конфликта. Практическое занятие № 6. Определение конфликта, пути их преодоления	4	2
Тема 4.2 Профессиональные стрессы	1 Понятие о стрессе. Признаки и механизм протекания стресса. Виды профессионального стресса. Основные последствия стресса. Взаимосвязь общения и деятельности. Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) , синдром профессионального выгорания. Симптомы СЭВ. Факторы, способствующие профессиональному выгоранию. Стадии СЭВ. Предупреждение эмоционального и профессионального выгорания. Виды социальных взаимодействий. Практическое занятие планировать и составлять временную перспективу своего будущего Практическое занятие № 7 Определение конфликта, пути их преодоления Упражнения коммуникативной рефлексии в ситуациях делового конфликта; Техника общения с конфликтными клиентами.	5	2
Раздел V Этика и деонтология профессиональной деятельности			

Тема 5.1 Тема 2.1. Профес- сиональное самоопределение. Этика в деятельности педагога по физической культуре	Содержание учебного материала Формирование осознанного отношения к вопросам профессионального самоопределения, социальной значимости и важности выбранной профессии. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Социально-психологический портрет профессионала <i>Понятия «этика» Функции профессиональной этики педагога. Виды социальных взаимодействий. Методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.</i>	6	2
	<i>Практическое занятие по отработке умения успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде</i> Практическое занятие № 8 Этика педагогического работника	3	
	<i>Практическое занятие по отработке умения успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде</i> Практическое занятие №9 Эссе «Портрет профессионала».	4	
	Дифференцированный зачет	2	
Итого		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета психологии и педагогики.

Оборудование кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий.

Технические средства обучения:

- компьютер с мультимедиапроектором.

Информационное обеспечение обучения

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

Основная литература:

1. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 185 с. — (Профессиональное образование).

Дополнительная литература:

1. Корнеев, С. С. Психология и этика профессиональной деятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / С. С. Корнеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11483-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/456862>

2. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 185 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00903-3. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/451116>

Интернет-ресурсы:

<http://www.1september.ru>

<http://psychology.net.ru>- сайт Мир психологии. <http://azps.ru/handbook/k/koif429.html>- сайт Психология.

<http://www.edu.ru>- Федеральный портал Российское образование.
<http://www.conflictology.narod.ru>. - сайт Конфликтология.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контроль и оценка (текущий контроль) результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения учебной 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 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;	- Экспертная оценка защиты практических работ, экспертная оценка внеаудиторных самостоятельных работ, контрольная работа -экспертная оценка домашних работ (выполнение домашних заданий, упражнений, подготовка наглядно-дидактического материала, составление тестовых заданий, работа с банком тестов) -экспертная оценка работы с учебной литературой - конспектирования, выполнения реферативных работ, поиска и обзора научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ, эссе - экспертная оценка подготовки мультимедийных презентаций, творческих работ
В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать :	
- 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.	- Экспертная оценка защиты практических работ, экспертная оценка внеаудиторной самостоятельной работы, экспертная оценка при фронтальном опросе -экспертная оценка домашних работ (выполнение домашних заданий, упражнений, подготовка наглядно-дидактического материала, составление тестовых заданий, работа с банком тестов) - экспертная оценка работы с учебной литературой - конспектирования, выполнения реферативных работ, поиска и обзора научных публикаций и электронных источников информации для выполнения творческих работ -экспертная оценка подготовки мультимедийных презентаций, творческих работ