

Департамент образования и науки Костромской области
ОГБПОУ «КОСТРОМСКОЙ КОЛЛЕДЖ БЫТОВОГО СЕРВИСА»

АДАПТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

А.03 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

Программа профессионального обучения по профессии 16909 Портной

Кострома 2018г.

Адаптированная образовательная программа учебной дисциплины разработана на основе п. 28 ст.2, п.6 ст.28, п.1, п.2, п.3, п. 4 ст.79 Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273, приказа Минобрнауки РФ от 18.04.2013 г. № 292 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления ФГОС образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости(интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014, письмом Минобрнауки России от 22.04.2015 № 06-443 «О направлении Методических рекомендаций» вместе с методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», утв. Минобрнауки России 20.04.2015 №06-830вн) по программе профессиональной подготовки по профессии «Портной»

-

Организация-разработчик: Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Костромской колледж бытового сервиса»

Разработчик:

Канарейкина Марина Витальевна, преподаватель

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	АДАПТИРОВАННОЙ	стр. 3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННОЙ 7 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ		8

1. ПАСПОРТ АДАПТИРОВАННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Адаптированная образовательная программа учебной дисциплины разработана на основе п. 28 ст.2, п.6 ст.28, п.1, п.2, п.3, п. 4 ст.79 Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273, ФГОС образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014, письма Минобрнауки России от 22.04.2015 № 06-443 «О направлении Методических рекомендаций» вместе с методическими рекомендациями по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», утв. Минобрнауки России 20.04.2015 №06-830вн) по программе профессиональной подготовки по профессии «Портной»

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Адаптационный учебный цикл

1.3. Характеристика группы, в которой реализуется программа:

Программа предназначена для слушателей с ОВЗ с легкой степенью УО и ЗПР. Данная группа слушателей характеризуется:

- сниженной работоспособностью вследствие возникающих явлений психомоторной расторможенности, возбудимости;
- низким уровнем познавательной активности и замедленным темпом переработки информации;
- неустойчивостью внимания, нарушением скорости переключения внимания, объем его снижен;
- память ограничена в объеме, преобладает кратковременная над долговременной, механическая над логической;
- наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и особенно словесно-логическое;
- имеются легкие нарушения речевых функций;
- несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенность влечений, учебной мотивации;
- ограниченные представления об окружающем мире;
- отличаются повышенной впечатлительностью (тревожностью): болезненно реагируют на тон голоса, отмечают малейшее изменение в настроении;
- характерна повышенная утомляемость. Быстро становятся вялыми или раздражительными, с трудом сосредотачиваются на задании. При неудачах быстро утрачивают интерес, отказываются от выполнения задания;

- отмечается повышенная возбудимость, беспокойство, склонность к вспышкам раздражительности, упрямству. При обучении следует разговаривать спокойным тоном, проявлять доброжелательность и терпение.

1.4. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Цель- воспитание профессионально культурной личности.

Задачи:

1) формировать уважение к труду и выбранной профессии, практического применения в повседневной жизни, основных видах трудовой деятельности, при изучении других учебных предметов;

2) корректировать недостатки познавательной деятельности и личностных качеств обучающихся с учетом индивидуальных возможностей;

3) воспитывать у обучающихся целенаправленной деятельности, трудолюбия, самостоятельности, навыков контроля и самоконтроля, аккуратности, умения принимать решения, устанавливать деловые, общечеловеческие взаимоотношения.

В результате освоения 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;

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.

1.5. Характерные для АОП формы организации деятельности обучающихся с ОВЗ. Направление работы и методические приемы:

- Ориентация в пространстве (Физкультминутки, начерти таблицу без линейки, найди ошибку)
- Развитие глазомера (начерти таблицу без линейки, кроссворды, крестики и нолики, третий (четвёртый, пятый) лишний, мозаика, ребусы)
- Развитие внимания (Проговаривание хором, анаграммы - перестановка букв в слове (работа с терминами), характеристика (описание) объекта, воспроизведение обучающимися информации после её написания на доске и последующего стирания, работа с карточками, на которых написана определённая информация, шифрование терминов, (отдельным буквам соответствуют цифры, расшифровка происходит с помощью ключа), всякому слову своё место – расстановка слов в предложении-определении, найди ошибку, кроссворды, чайнворды, третий (четвёртый, пятый) лишний, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку, восполни пропуски (коэффициенты, формулы), по рисункам охарактеризуй (процесс, области применения), мозаика, найди родственников, лото, ребусы, головоломки, тест, снежный ком, физкультминутки)
- Развитие памяти (Проговаривание хором, заучивание вслух (в полголоса), бросание мяча (вопрос – ответ), словарный диктант, составление плана, найди ошибку, кроссворды, чайнворды, третий (четвёртый, пятый) лишний, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), загадки, шарады, метаграммы, логогрифы, криптограммы, допиши предложение, по рисункам охарактеризуй объект или процесс, стихи, синквейны, сказки, найди родственников, лото, тест, физкультминутки)
- Развитие мышления (Шифрование терминов, названий веществ (отдельным буквам соответствуют цифры, расшифровка происходит с помощью ключа, составление плана, найди ошибку, кроссворды, чайнворды, третий (четвёртый, пятый) лишний, шестиклеточный логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку, загадки, допиши предложение, по рисункам охарактеризуй (процесс, области применения), мозаика, пирамида, лабиринт, стихи, синквейны, сказки, найди родственников, лото, ребусы, головоломки, тест)
- Развитие мелкой моторики рук (Физкультминутки, бросание мяча (вопрос – ответ), лабораторный практикум, работа с разными материалами, мозаика).

1.6. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 54 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 36 часов; самостоятельной работы обучающегося 18 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	54
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
<i>Итоговая аттестация в форме Текущий контроль</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины А.01 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа студентов	Содержание коррекционной воспитательной работы (методический инструментальный коррекционно-развивающего обучения)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4	5
Тема 1. Особенности современного рынка труда	Содержание учебного материала		6	
	<p>1.1 Характеристика современного рынка труда Характеристика современного рынка труда. Спрос, предложение и цена рабочей силы. Основные принципы рынка рабочей силы. Занятость и безработица.</p> <p>Самостоятельная работа: Работа с конспектом лекции</p> <p>1.2 Понятие и сущность профессиональной деятельности. Типы профессий и их характеристика. Профессия, специальность, должность, квалификация. Понятие вакансии и возможности трудоустройства. Конкурентоспособное поведение.</p> <p>Самостоятельная работа: Выполнение теста</p> <p>Практическое занятие Характеристика спроса и предложения на рынке труда Костромской области.</p> <p>Самостоятельная работа: Работа с конспектом лекции</p>	<p>- Ориентация в пространстве (физкультминутки, найди ошибку)</p> <p>- Развитие глазомера (кроссворды, ребусы)</p> <p>Развитие внимания (работа с карточками, расстановка слов в предложении-определении, восполни пропуски)</p> <p>-Развитие памяти (составление плана, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), допиши предложение)</p> <p>-Развитие мышления (составление плана, найди ошибку, кроссворды, шестиклеточный логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), допиши предложение)</p>	2 1 2 1 2 1	1 1 2
Тема 2. Кто является успешным на рынке труда	Содержание учебного материала	<p>- Ориентация в пространстве (физкультминутки, найди ошибку)</p> <p>- Развитие глазомера (кроссворды, ребусы)</p> <p>Развитие внимания (работа с карточками, расстановка слов в предложении-определении, восполни пропуски)</p> <p>-Развитие памяти (составление плана, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), допиши предложение)</p> <p>-Развитие мышления (составление плана,</p>	6 2 2 2 3	1 1 1 2

	<p>2.1 Понятие личности, индивидуальности Понятие личности, индивидуальности способностей, профессионально важных качеств. Требования, наиболее часто предъявляемые работодателями к выпускникам учебных заведений.</p> <p>Самостоятельная работа:</p> <p>Знать определения: личность, индивидуальность, способность. Знать понятия профессиональные важные качества</p> <p>Практическое занятие</p> <p>Профессиональные склонности и карьера. Основные аспекты выбора карьеры.</p> <p>Самостоятельная работа:</p> <p>Выполнение упражнения «Что ценят руководители в опытном работнике и молодом специалисте?»</p> <p>Практическое занятие:</p> <p>Самооценка деловых и профессионально важных качеств.</p> <p>Самостоятельная работа :</p> <p>Проработка конспектов занятий, учебной литературы..</p>	<p>найди ошибку, кроссворды, шестиклеточный логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), допиши предложение)</p>		
<p>Тема 3. Стратегия и тактика поиска работы</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Где и как искать работу. Алгоритм принятия решения в ситуации предстоящего трудоустройства.</p> <p>Представительские документы. Профессиональное резюме. Основные требования к хорошему резюме. Стил, форма и структура резюме. Направление резюме к потенциальному работодателю. Сопроводительное письмо.</p> <p>Поисковое письмо и требования к его содержанию. Объявление в газету и порядок его составления.</p> <p>Техника телефонных переговоров. Телефонный звонок по рекламируемой вакансии. Поисковые телефонные звонки.</p> <p>Практическая работа. Подготовка представительских документов для поиска работы. Отработка техники ведения телефонных переговоров.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся. Проработка конспектов занятий, учебной литературы.</p>	<p>- Ориентация в пространстве (физкультминутки, найди ошибку)</p> <p>- Развитие глазомера (кроссворды, ребусы)</p> <p>Развитие внимания (работа с карточками, расстановка слов в предложении-определении, восполни пропуски)</p> <p>-Развитие памяти (составление плана, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), допиши предложение)</p> <p>-Развитие мышления (составление плана, найди ошибку, кроссворды, шестиклеточный логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), допиши предложение)</p>	<p>10</p> <p>6</p> <p>5</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>2</p>
<p>Тема 4. Деловое</p>	<p>Содержание учебного материала</p>	<p>- Ориентация в пространстве (физкультминутки, найди ошибку)</p> <p>- Развитие глазомера (кроссворды, ребусы)</p> <p>Развитие внимания (работа с карточками, расстановка слов в предложении-определении, восполни пропуски)</p> <p>-Развитие памяти (составление плана,</p>	<p>8</p>	<p>1</p>

общение на рынке труда	Особенности вербального и невербального взаимодействия в ходе делового общения. Мимика, жесты и позы партнеров в деловом общении. Звучание речи партнеров в деловом общении. Пространство в деловом общении. Этапы делового взаимодействия. Установление контакта. Поддержание (восстановление) контакта. Выход из контакта. Техника активного слушания.	соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), допиши предложение) -Развитие мышления (составление плана, найди ошибку, кроссворды, шестиклеточный логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), допиши предложение)		
	Источники и поведения. Стратегия эффективного поведения в конфликте. индикаторы			
	Собеседование с работодателем. Подготовка к собеседованию. Структура собеседования. Возможные вопросы работодателя и технология ответов на них. Тестирование при приеме на работу.			
	Практическая работа. Условия эффективного поведения в ситуации трудоустройства. Технология ответов на вопросы работодателя при собеседовании.		6	1
	Самостоятельная работа обучающихся. Проработка конспектов занятий, учебной литературы.		4	2
Тема 5. Адаптация на рабочем месте	Содержание учебного материала			
	Понятие об адаптации, ее формах и способах. Преимущества и проблемы, связанные с началом работы.	- Ориентация в пространстве (физкультминутки, найди ошибку) - Развитие глазомера (кроссворды, ребусы) Развитие внимания (работа с карточками, расстановка слов в предложении-определении, восполни пропуски) -Развитие памяти (составление плана, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), допиши предложение)	6	1
	Вопросы, которые необходимо выяснить, получив предложение на работу.	-Развитие памяти (составление плана, соотнеси вопрос и ответ, термин и его трактовку (составь пару), допиши предложение)		
	Условия, при которых можно произвести хорошее впечатление о себе на работодателя и коллектив в первые дни работы.	-Развитие мышления (составление плана, найди ошибку, кроссворды, шестиклеточный логикон (сравни информацию в верхних и нижних клетках и заполни пустую), допиши предложение)		
	Практическая работа. Профессиональные и жизненные задачи, связанные с началом работы. Факторы, позволяющие сохранить работу.		4	1
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов занятий, учебной литературы.		5	2
	Всего:		54 часа	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ 3.1.

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация основной программы дисциплины требует наличия учебного кабинета. Учебное место организуется в соответствии с санитарными нормами и требованиями, а также с учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству слушателей;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по предмету;
- дидактический материал по предмету;
- необходимый набор учебно – методической литературы по предмету; ь

- 3.2 Информационное обеспечение обучения

- Интернет-ресурсы:

[www. rabota. ru](http://www.rabota.ru)
[www. hiterbober. ru](http://www.hiterbober.ru)
[Kostroma. hh. ru](http://Kostroma.hh.ru)
[www. center-yf. ru](http://www.center-yf.ru)
[www. humanitar. ru](http://www.humanitar.ru)
[www. trud. mos. ru](http://www.trud.mos.ru)
[www. enjoy-job. ru](http://www.enjoy-job.ru)
[www. superjob. ru](http://www.superjob.ru)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения слушателями индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен:</p> <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; - 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; <p>успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде:</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 	<p>Практические занятия Практические занятия Фронтальный опрос Работа с карточками Практические занятия Тест множественного выбора Практические занятия Практические занятия Соотнесение вопроса и ответа Дописать предложение Составление плана</p>

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 ой 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.