

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОЯРСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»**

РАССМОТРЕНО
методической комиссией
протокол № 10 от 10.06.2026

УТВЕРЖДЕНО
Директор КГАПОУ «ККОТиП»
_____/Н. В. Журова/
Приказ № 01-55-1п от 29.06.2026

**АДАптиРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ**

105364 «Швея»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

АЦ.02 Психология личности и профессиональное самоопределение

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора
_____/Бесперстова И.В./

Красноярск, 2026

Рабочая программа (далее – программа) учебной дисциплины **АЦ.02 ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ** комплекта учебной документации для профессиональной подготовки рабочих по профессии 105364 «Швея» из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, допущенной Министерством образования Российской Федерации в качестве примерной учебно-программной документации для профессиональной подготовки рабочих.

Организация-разработчик: КГАПОУ «ККОТиП»

Разработчики:

Н.С. Крапивина, преподаватель, КГАПОУ «ККОТиП»

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

АЦ.01 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы СПО

Учебная дисциплина АЦ.02 Психология личности и профессиональное самоопределение является частью адаптационного цикла АОПОП ПО составленной на основании комплекта учебной документации для профессиональной подготовки рабочих по профессии «Слесарь по ремонту автомобиля» из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Минтруда России от 02.04.2024 № 170н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист по техническому обслуживанию и ремонту мехатронных систем автотранспортных средств и их компонентов в автомобилестроении»

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Содержание программы АЦ.02 с Психология личности и профессиональное самоопределение направлено на достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС СПО.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК. В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

Код и расшифровка ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	анализировать рабочую ситуацию; определять этапы решения задач; выбирать оптимальные методы из известных	методы поиска и способы решения профессиональных задач; критерии оценки эффективности решений.
ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	искать данные в цифровых средах; проверять информацию на достоверность; применять ПО для систематизации данных.	современные источники информации; программное обеспечение для профессиональной деятельности; правила информационной безопасности.
ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	управлять личными финансами	основы финансовой грамотности; правовые нормы профессиональной деятельности
ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	бесконфликтно общаться; брать на себя ответственность за результат группы; выполнять свою часть работы в срок	основы психологии общения; принципы командной работы; способы распределения ролей в группе

ОК 05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	грамотно излагать мысли (устно и письменно); составлять деловые письма; публично выступать по профессиональным темам	правила грамматики и пунктуации; нормы делового этикета; особенности профессиональной терминологии
ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	соблюдать правовые нормы; уважительно относиться к разным культурам и религиям; противодействовать коррупционным проявлениям	Конституция РФ; духовно-нравственные ценности российского общества; основы антикоррупционного законодательства
ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	соблюдать нормы экологической безопасности; оказывать первую помощь	основы экологии и ресурсосбережения; правила поведения при ЧС
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	выполнять упражнения для поддержания работоспособности; использовать средства физкультуры для снятия утомления	роль физической активности в профилактике профзаболеваний; основы здорового образа жизни
ОК 09 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках	заполнять отчетную документацию	лексический минимум

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 73 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость, ч
Максимальная учебная нагрузка	73
Консультации	5
Всего учебных занятий	68
в том числе в форме практической подготовки	20

Основное содержание	
теоретические занятия	48
практические занятия	20
Прикладной модуль (практическая подготовка)	
теоретические занятия	
лабораторные занятия	
практические занятия	20
индивидуальный проект	
курсовая работа/проект	
самостоятельная работа	
Промежуточная аттестация в форме	Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины_АЦ.02 Психология личности и профессиональное самоопределение

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Коды формируемых компетенций и методы контроля и оценки
1	2	3	4
Раздел 1. Какой я человек (психология личности)	Кто я такой? Моё имя и внешность.	11	OK 1-OK9
	Что я люблю и что мне не нравится.		
	Мое настроение: когда мне весело, грустно, страшно.		
	Что такое характер (доброта, честность, лень).		
	Мои хорошие привычки.		
	Мои вредные привычки и как с ними бороться.		
	Что я умею делать лучше всего.		
	Умение доводить начатое дело до конца.		
	Внимание: учимся замечать детали.		
	Память: как запомнить важное.		
	Практические занятия: "Рисование эмоций: "Смайлики моего дня", Игра «Копилка добрых дел», "Сделай по образцу", "Тренировка памяти и внимания".	4	
Раздел 2. Я и другие люди (общение)	Зачем людям разговаривать друг с другом.	14	OK 1-OK9
	Вежливые слова.		
	Как слушать другого человека и не перебивать.		
	Понимаем без слов: жесты и мимика.		
	Как понять, что человек сердится или расстроен.		
	Дружба: кто такой настоящий друг.		
	Ссора: почему люди обижаются.		
	Как помириться, если случился конфликт		
	Поведение в столовой, в автобусе, в гостях.		
	Круг доверия: кому я верю?		
	Умение работать вместе (парой).		
	Похвала: за что можно похвалить товарища.		
	Мои личные вещи и чужие вещи: правила пользования.		
	Практические занятия: Ролевая игра "В магазине", "Угадай по лицу", "Прости, давай мириться", "Разговор с незнакомцем", "Попросить вещь, которая мне нужна".	5	

Раздел 3. Личность и профессиональный труд	Почему люди трудятся? Деньги и польза	8	OK 1-OK9
	Психология выбора, работа которая мне нравится.		
	Личные качества работника: дисциплина и честность.		
	Психология общения в коллективе: "Куратор-Я-Одногруппник"		
	Психология внимания: почему нельзя отвлекаться при работе с инструментом.		
	Утомление и отдых: как не «сгореть» на работе.		
	Где я буду работать: знакомство с предприятием.		
	Практические занятия: "Я работаю с людьми", "Тренировка общения в рабочей ситуации", "Психофизиологический профиль", "Выносливость к монотонному труду", "Формирование образа Профессионала".	9	
Раздел 4. Как устроиться на работу	Где искать работу?	15	OK 1-OK9
	Мой круг поддержки: кто поможет найти работу?		
	Навигатор вакансий: читаем между строк.		
	Цифровой след работника.		
	Документы для трудоустройства.		
	Самопрезентация.		
	Что такое рабочий день?		
	Кого слушаться на работе.		
	Кого слушаться на работе.		
	Дисциплина рабочего графика.		
	Иерархия на производстве.		
	Психология просьбы: как уточнить задание.		
	Стрессоустойчивость: если на меня накричали.		
	Трудовой договор, мои права и обязанности.		
	Последствия нарушений: почему увольняют?		
	Профилактика выгорания: радость от труда.		
	Практические занятия: "Я пришел устраиваться на работу" , "Мой профиль: "Личность и профессия"	2	
Консультации		5	
Промежуточная консультация (Дифференцированный зачет)			
Всего:		73	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Минимальное материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предусматривает наличие учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- рабочая программа по предмету АЦ.01 социальная адаптация и основы социально-правовых знаний;
- комплект методических пособий по предмету;
- комплект учебников.

Технические средства обучения:

- персональный компьютер (преподавательский);
- проектор, экран;
- акустическая система;
- источник бесперебойного питания;
- программное обеспечение;
- учебный материал в электронном виде.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.3. Кадровое обеспечение реализации программы

Требования к квалификации педагогических кадров

Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности 33 Сервис, оказание услуг населению при наличии среднего общего образования (имеющих стаж работы в данной профессиональной области не менее 3 лет).

Квалификация педагогических работников образовательной организации должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

Реализацию программы учебной дисциплины АЦ.02 Психология личности и профессиональное самоопределение обеспечивает: Крапивина Наталья Сергеевна, преподаватель.

Образование: НОУ ВПО «Московский психолого-социальный университет» г. Москва, 030301 Психология, Психолог, Преподаватель психологии.

Повышение квалификации:

2018 г. – ЧУДПО «Сибирский корпоративный энергетический учебный центр», «Основы эффективного общения родителей с детьми. Психолого-педагогическая коррекция детско-родительских отношений», 24 часа, удостоверение;

2018 г. - ЧУДПО «Сибирский корпоративный энергетический учебный центр», «Психолого - педагогическая коррекционная работа с семьей и детьми (в цикле: методы диагностики и коррекция детско-родительских отношений. Профилактика и коррекция подростковой агрессии, психологическая помощь семьям, психологическая реабилитация несовершеннолетнего, пострадавшего от жесткого обращения)», 72 часа, удостоверение;

2019 г. - ЧОУ ДПО «Центр повышения квалификации», «Социальное проектирование в организациях социального обслуживания и СОНКО. Разработка проектов и заявок на гранты. Франчайзинг», 16 часов, удостоверение;

2020 г. - ООО «Институт новых технологий в образовании», «Обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи», 36 часов, сертификат;

2020 г. КГБПОУ «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства», «Организация обеспечения доступности образовательных услуг для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных учреждениях», 72 часа, удостоверение;

2022г. Автономная некоммерческая организация «Национальное агентство развития квалификаций», «Проектирование и реализация учебной дисциплины (курса) «Карьерное моделирование», 76 часов,

2022 г. ООО «Ла Карабела», «Инклюзивное образование в системе СПО с использованием интерактивных технологий»

2023г. ФГЮОУДПО «Институт развития профессионального образования», «Введение в тифлокомментирование», 36 часов.

2023 г. – ООО «Северо-Западный учебный Центр «Технологии Безопасности», «Обучение педагогических работников оказанию первой помощи».

2023 г.- Прошла проверку знаний требований охраны труда по программе обучения по общим вопросам охраны труда и функционирования системы управления охраной труда, Протокол № 24, ККОТиП.

2023 г. – ООО «Ла Карабела», «Организация работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья для преподавателей и мастеров производственного обучения СПО в соответствии с ФГОС».

Основные источники:

1. **Конституция Российской Федерации** (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020). — М.: Эксмо, **2024**.

2. **Мухаев, Р. Т.** Основы права : учебник для среднего профессионального образования / Р. Т. Мухаев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, **2024**.

3. **Шеламова, Г. Н.** Деловая культура и психология общения : учебник для использования в учебном процессе образовательных организаций, реализующих программы СПО / Г. Н. Шеламова. — 18-е изд., стер. — Москва : Академия, **2023**.

4. **Горелов, А. А.** Социология : учебник для среднего профессионального образования / А. А. Горелов. — 2-е изд., стер. — Москва : Издательство Юрайт, **2023**.

5. **Правдюк, С. А.** Основы социально-правовых знаний : учебное пособие для СПО / С. А. Правдюк. — Москва : КноРус, **2022**.

Дополнительные источники:

1. **Трудовой кодекс Российской Федерации.** — Москва : Проспект, **2024**.

2. **Братова, И. В.** Социальная адаптация и основы профессионального самоопределения : учебное пособие / И. В. Братова. — Санкт-Петербург : Лань, **2021**.

3. **Попов, Ю. Н.** Основы правовых знаний : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Н. Попов. — Москва : Юрайт, **2023**.

4. **Склярова, Т. В.** Психология общения : учебник для среднего профессионального образования / Т. В. Склярова. — Москва : Юрайт, **2024**.

Интернет-ресурсы:

1. **КонсультантПлюс** : справочно-правовая система. — URL: consultant.ru (дата обращения: **2024**).

2. **Электронно-библиотечная система Юрайт.** — URL: <https://urait.ru> (дата обращения: **2024**).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
Умения:		
Соблюдать правила поведения и трудовую дисциплину в мастерских и на предприятиях.	Точное выполнение распорядка дня; отсутствие опозданий; соблюдение техники безопасности.	Наблюдение за деятельностью обучающегося в процессе учебной практики.
Общаться с коллегами и мастером (руководителем) в процессе работы.	Умение вежливо обратиться с вопросом; понимание и выполнение инструкций мастера.	Оценка в ходе ролевых игр «Разговор с работодателем», «Просьба о помощи».
Оценивать свои возможности при выполнении трудовых заданий.	Самостоятельное определение: «справлюсь ли я с этой задачей»; умение вовремя попросить разъяснения.	Практические пробы; выполнение простых трудовых операций.
Применять способы снятия напряжения и усталости в течение рабочего дня.	Умение вовремя сделать перерыв; использование простых дыхательных или физических упражнений.	Демонстрация упражнений (физкультминутки); дневники самочувствия.
Знания:		
Основные качества хорошего работника (честность, старательность, аккуратность).	Способность перечислить 3–5 качеств и объяснить, почему они важны для работы.	Индивидуальный устный опрос (беседа).
Особенности выбранной профессии и требования к работнику.	Знание своих трудовых обязанностей (что я должен делать на рабочем месте).	Работа с иллюстрациями «Найди ошибки в работе»; тесты-картинки.
Правила поиска работы и устройство на работу.	Знание того, какие документы нужны (паспорт, документ об обучении); где искать вакансии.	Моделирование ситуации «Визит в отдел кадров».
Способы преодоления конфликтов в коллективе.	Понимание, что нельзя кричать и драться; знание, к кому обратиться за помощью при споре.	Решение элементарных проблемных ситуаций (кейсов).