

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«МУРМАНСКИЙ АРКТИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

(ФГАОУ ВО «МАУ»)

«ММРК имени И.И. Месяцева» ФГАОУ ВО «МАУ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебной дисциплины: СГ.08 Психология личности и профессиональное самоопределение
программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)
специальности: 09.02.06 Сетевое и системное администрирование
форма обучения: очная

Мурманск
2024

Рассмотрено и одобрено на заседании методическим объединением преподавателей дисциплин математического и общего естественнонаучного цикла по специальностям, реализуемым ММРК имени И.И. Месяцева, и дисциплин профессионального цикла 09.02.03 Программирование в компьютерных системах

наименование МКо (МО/ ЦК)

Разработано
на основе ФГОС СПО по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 09.12.2016 г. № 1548

Председатель МКо (МО/ ЦК)

Е.А.Чекашова

Автор (составитель): Арахамия У.Н., преподаватель, «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГАОУ ВО «МАУ»

Эксперт (рецензент) Кузь А.Э., преподаватель, «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГАОУ ВО «МАУ»

Пояснительная записка.

1.1 Рабочая программа учебной дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 09 декабря 2016 г. № 1548; учебного плана очной форм обучения.

Цели и задачи учебной дисциплины является формирование психолого-педагогической культуры обучающихся, в том числе с ВОЗ, представления о потребностно-мотивационной сфере человека, основных теоретических подходах к пониманию строения и закономерностей развития личности, знакомство с основными направлениями анализа индивидуальных особенностей человека (способностей, темперамента, характера), внутренней (эмоциональной и волевой) регуляции его деятельности, обеспечить более высокий уровень подготовки обучающихся и предназначена для реализации государственных требований к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование.

1.2 Требования к результатам освоения:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

У 1- применять на практике полученные знания и навыки в различных условиях профессиональной деятельности и взаимодействия с окружающими;

У2- использовать простейшие приемы развития и тренировки психических процессов, а также приемы психической саморегуляции в процессе деятельности и общения;

У3- на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий, осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения;

У4- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;

У5- успешно реализовывать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, образовательной и профессиональной среде;

знать:

31- необходимую терминологию, основы и сущность профессионального самоопределения;

32- простейшие способы и приемы развития психических процессов и управления психическими состояниями, основные механизмы психической регуляции поведения человека;

33- современное состояние рынка труда, мир профессий и предъявляемых профессиональных требований к психологическим особенностям человека, его здоровью;

34- меры методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации учебной и будущей профессиональной деятельности.

35- механизмы взаимопонимания в общении;

Процесс изучения дисциплины Психология личности и профессиональное самоопределение, направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС СПО (табл. 1

Таблица 1 Компетенции, формируемые дисциплиной Психология личности и профессиональное самоопределение в соответствии с ФГОС СПО

Код компетенции	Содержание компетенции	Требования к знаниям, умениям, практическому опыту
ОК 1.	Выбирать способы решения задач	У 1 – У5, 31 – 35

	профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.	
ОК 2.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.	У 1 – У5, 31 – 35
ОК 3.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	У 1 – У5, 31 – 35
ОК4.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	У 1 – У5, 31 – 35
ОК 5.	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.	У 1 – У5, 31 – 35
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	У 1 – У5, 31 – 35

2. Структура и содержание учебной дисциплины Психология личности и профессиональное самоопределение

Объем учебной дисциплины и виды учебной деятельности по формам обучения

Таблица 2.1

Виды учебной деятельности*	Объем часов по формам обучения**
	очная***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	34
Обязательная учебная нагрузка (всего)	34
в том числе:	
теоретические занятия (лекции, уроки)	30
лабораторные занятия	
практические занятия (семинары)	4
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	
Самостоятельная работа (всего)	
В том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) (если предусмотрено)	
Консультации	

Промежуточная аттестация	
Форма промежуточной аттестации	Дифференцированный зачет

* - виды учебной деятельности, предусмотренные учебным планом специальности

** - объем часов по формам обучения должен соответствовать указанному количеству часов для дисциплины по учебному плану конкретной специальности

***- столбцы с формами обучения можно убирать, если данная форма обучения не реализуется в структурных подразделениях Университета, реализующих программы СПО

2.2. Тематический план учебной дисциплины Психология личности и профессиональное самоопределение по очной форме обучения

Таблица 3

Коды компетенций/компетенностей	Наименование разделов (тем) учебной дисциплины	Максимальная учебная нагрузка, ч	Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося				Самостоятельная работа обучающегося		Консультации
			Всего	в том числе			Всего	в том числе индивидуальный проект	
				лекции, уроки	практические занятия	лабораторные занятия			
ОК 1-5, ОК 9, ОК 10	Раздел 1 Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения	6	6	6	-	-	-	-	-
	Тема 1.1. Профессиональная деятельность	2	2	2	-	-	-	-	-
	Тема 1.2. Профессиональное самоопределение	2	2	2	-	-	-	-	-
	Тема 1.3 Потребности и мотивы	2	2	2	-	-	-	-	-
ОК 1-5, ОК 9, ОК 10	Раздел 2 Проблемы выбора. Профессиональная непригодность	10	10	8	2	-	-	-	-
	Тема 2.1. Профессиональная структура личности	2	2	2	-	-	-	-	-
	Тема 2.2. Характер, темперамент и направленность личности	6	6	4	2	-	-	-	-
	Тема 2.3 Память, виды памяти. Основные процессы памяти.	2	2	2	-	-	-	-	-

ОК 1-5, ОК 9, ОК 10	Раздел 3. Познание задатков и способностей	14	14	12	2	-	-	-	-	-
	Тема 3.1. Задатки и способности человека	2	2	2	-	-	-	-	-	-
	Тема 3.2. Диагностика задатков и способностей	4	4	2	2	-	-	-	-	-
	Тема 3.3. Свойства и качества, определяющие профессиональный выбор	4	4	4	-	-	-	-	-	-
	Тема 3.4. Самовоспитание и самопознание	4	4	4	-	-	-	-	-	-
	Раздел 4. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности	4	4	4	-	-	-	-	-	-
	Тема 4.1 Этапы профессионального развития	2	2	2	-	-	-	-	-	-
	Дифференцированный зачет	2	2	2						
Всего:	34	34	30	4	-	-	-	-	-	

2.3 Содержание программы по учебной дисциплине Психология личности и профессиональное самоопределение

Таблица 4

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося, курсовая работа (проект)	Объем часов			Уровень освоения
		очная*	очно-заочная*	заочная*	
1	2	3			4
Раздел 1. Раздел 1 Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения		6			
Тема 1.1. Профессиональная деятельность	Содержание учебного материала Понятие «деятельность» и «профессия». Человек в сфере трудовой деятельности. Подготовка к труду. Адаптация внутренних условий и внутренних средств деятельности. Требования к внешним условиям и внешним средствам деятельности. Адаптация. Напряженность: понятие, характеристика и проявление напряженности. Подготовка к профессиональной деятельности.	2			
Тема 1.2. Профессиональное самоопределение	Содержание учебного материала Сущность профессионального самоопределения. Содержательно-процессуальная модель профессионального самоопределения.	2			1

Тема 1.3 Потребности и мотивы	Содержание учебного материала	2			
	Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности. Конфликты профессионального самоопределения.				1
Раздел 2 Проблемы выбора. Профессиональная непригодность		10			
Тема 2.1. Профессиональная структура личности	Содержание учебного материала	2			
	Детерминация профессионального становления личности. Взаимодействие индивидуального, личностного в профессиональном развитии. Стадии профессионального становления личности. Профессиональные деформации личности. Профессиональная непригодность.				
Тема 2.2. Характер, темперамент и направленность личности	Содержание учебного материала				
	Характер, Темперамент, понятие, виды и свойства темперамента.	4			
	Практическое занятия	2			
	Анализ собственного характера, типа темперамента по кругу Айзенка				1
Тема 2.3 Память, виды памяти. Основные процессы памяти.	Содержание учебного материала	2			2
	Психические познавательные процессы: память, внимание, восприятие, воображение, мышление: речь. Эмоционально-волевые характеристики.				
Раздел 3. Познание задатков и способностей		14			
Тема 3.1. Задатки и способности человека	Содержание учебного материала	2			
	Понятие «задатки», «способности», «одаренность», «талант».				1
Тема 3.2. Диагностика задатков и способностей	Содержание учебного материала	2			
	Профессионально значимые способности и качества.				1
	Практическое занятия	2			
	Средства развития психических процессов				
Тема 3.3. Свойства и качества, определяющие профессиональный выбор	Содержание учебного материала	4			
	Условия личностной самореализации. Понятие и сформированность представлений личности о себе. Сила «Я» и самоуважение. Компетентность. Аутопсихологическая компетентность. Коммуникативная компетентность. Условия формирования компетентности. Необходимость формирования аутопсихологической компетентности и коммуникативной компетентности - требование времени.				2
Тема 3.4. Самовоспитание и самопознание	Содержание учебного материала	4			
	Кризисы и конфликты в жизни человека. Способы разрешения. Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов.				1

Раздел 4. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности		4			
Тема 4.1 Этапы профессионального развития	Содержание учебного материала	2			2
	Стадии профессионального становления. Зарождение профессионально ориентированных интересов. Профессиональные намерения и осознанные желания в процессе выбора профессии. Профессиональное обучение - профессиональная подготовка. Профессиональная адаптация - освоение системы взаимоотношений в трудовом коллективе. Развитие профессиональных технологий на стадии первичной профессионализации. Оптимальный уровень профессиональной активности. Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности. Профессиональное мастерство. Изменение характера профессиональной деятельности. Проявление активности на стадии профессионального мастерства.				
Форма текущего контроля Дифференцированный зачет		2			
Всего:		34			

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

2.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

1. Методические указания к выполнению практических работ для очной формы обучения.

2.4 Информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины:

1. Волков, Б. С. Основы профессиональной ориентации : учеб. пособие для вузов / Б. С. Волков - Москва : Академический Проект, 2020. - 333 с. (Gaudeamus) - ISBN 978-5-8291-2570-7. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829125707.html>

2. Шапран, К.В. Педагогическое управление профессиональным самоопределением обучающихся колледжа в процессе обучения управленческо-экономическим дисциплинам / К.В. Шапран ; Омский государственный педагогический университет. – Омск : б.и., 2020. – 183 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=597344>

3. Волков, Б. С. Основы профессиональной ориентации : учеб. пособие для вузов / Б. С. Волков - Москва : Академический Проект, 2020. - 333 с. (Gaudeamus) - ISBN 978-5-8291-2570-7. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829125707.html>

4. Кряжева, Е. В. Психология мотивации: учебно-профессиональная мотивация : учебное пособие / Е. В. Кряжева, М. Ю. Виноградская, А. Э. Цымбалюк. — Саратов : Вузовское образование, 2020. — 75 с. — ISBN 978-5-4487-0682-0. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/93800.html>

5. Гусева, Т. И. Психология личности : учебное пособие / Т. И. Гусева, Т. В. Катарьян. — 2-е изд. — Саратов : Научная книга, 2019. — 159 с. — ISBN 978-5-9758-1771-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81081.html>

6. Гусева, Т. И. Психология личности : учебное пособие / Т. И. Гусева, Т. В. Катарьян. — 2-е изд. — Саратов : Научная книга, 2019. — 159 с. — ISBN 978-5-9758-1771-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81081.html>

7. Психология личности : учебно-методическое пособие / составители Н. С. Махова. — Орел : Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИВ), 2019. — 121 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/95421.html>

8. Психология личности : учебное пособие (курс лекций) / составители С. В. Офицера. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2019. — 112 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/92734.html>

9. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : практикум / составители Э. М. Ахмедова. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2018. — 120 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/83217.html>

10. Гуревич, П. С. Психология личности : учебное пособие для студентов вузов / П. С. Гуревич. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 559 с. — ISBN 978-5-238-01588-0. — Текст :

электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81835.html>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Харитонов, Е. В. Психология социально-профессиональной востребованности личности / Е. В. Харитонов. — Москва : Институт психологии РАН, 2014. — 416 с. — ISBN 978-5-9270-0280-1. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/32147.html>

2. Базаркина, И. Н. Психология личности / И. Н. Базаркина, Л. В. Сенкевич, Д. А. Донцов ; под редакцией Д. А. Донцов. — Москва : Человек, 2014. — 176 с. — ISBN 978-5-906131-39-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/27591.html>

Перечень информационных ресурсов «Интернет»:

1. программный комплекс «Экзаменатор», разработанный Центром информационных технологий МГТУ для обеспечения организации и поддержки процесса тестирования знаний обучающихся ММПК имени И.И. Месяцева ФГБОУ ВО «МГТУ» по любым дисциплинам учебных планов специальностей всех форм обучения;
2. электронный каталог научной, учебной литературы и периодических изданий;
3. виртуальная справочная служба в режиме on-line.

Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем:

Таблица 5.

Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем		
Учебный год	Наименование ПО	Сведения о лицензии
2020/2021	Офисный пакет Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN	лицензия № 45676388 от 08.07.2009 (договор 32/224 от 14.0.2009г.)
2020/2021	Антивирус Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита), Dr.Web Server Security Suite (антивирус)	договор №7236 от 03.11.2017г.

2.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Таблица 6

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий и др.	Перечень оборудования и технических средств обучения
1.	183038, Мурманская область, г. Мурманск, пер. Русанова, д. 12, Здание учебного корпуса № 4, этаж 3, номер помещения V, номер по плану здания 13	Кабинет социальной психологии. 308Р Учебная аудитория на 24 посадочных места для проведения занятий всех видов, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации:

		Специализированная учебная мебель доска-меловая -1, скамьи ученические-15, столы ученические (двухместные)-20, стулья-10, стол и стул преподавательские - технические средства обучения оборудование, персональный компьютер преподавателя - 1
--	--	--

2.7. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, лабораторных работ, тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и др.

Таблица 7

Освоенные компетенции/ компетентности	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Показатели оценки уровня сформированности	Формы и методы контроля и оценки
1	2	3	4
ОК 1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.	У 1 – У5, 31 – 35	демонстрация умения выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.	Выполнение и защита практических работ, промежуточная аттестация
ОК 2. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	У 1 – У5, 31 – 35	демонстрация умения осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	Выполнение и защита практических работ, промежуточная аттестация
ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	У 1 – У5, 31 – 35	демонстрация умения осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	Выполнение и защита практических работ, промежуточная аттестация
ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.	У 1 – У5, 31 – 35	демонстрация умения осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	Выполнение и защита практических работ, промежуточная аттестация
ОК 5. Осуществлять	У 1 – У5, 31 – 35	демонстрация	Выполнение и

устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.		способности осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста	защита практических работ, промежуточная аттестация
ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	У 1 – У5, 31 – 37	демонстрация умения пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	Выполнение и защита практических работ, промежуточная аттестация