

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«УЛЬЯНОВСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

Подписан: Сурков Владимир  
Викторович  
DN: С=RU, OU=Зам. директора по УР,  
O=ОГБПОУ Ульяновский  
многопрофильный техникум,  
CN=Сурков Владимир Викторович,  
E=umt-2015@yandex.ru

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебной дисциплины

**ОП.16 Технология профессионально-личностного развития**

по программе подготовки специалистов среднего звена  
по специальности

**23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта**

г.Ульяновск  
2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе ФГОС СПО по специальности 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 22.04.2014 №383

РАССМОТРЕНО

методической цикловой комиссией  
Связи и информационных технологий,  
радиотехники и машиностроения

Председатель

\_\_\_\_\_ А.Н.Борисенко  
\_\_\_\_\_ 2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебной работе  
\_\_\_\_\_ В.В.Сурков  
\_\_\_\_\_ 2021г.

СОГЛАСОВАНО

Методист

\_\_\_\_\_ Р.Ф.Средина  
\_\_\_\_\_ 2021г.

**Разработчик:**

Дадыкина Ольга Владимировна, преподаватель ОГБПОУ УМТ

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Технология профессионально-личностного развития

### 1.1. Область применения примерной программы дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью вариативной составляющей основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования, разработанных в соответствии с требованиями ФГОС по специальности СПО 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта, входящей в укрупненную группу подготовки 23.00.00 Техника и технологии наземного транспорта.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и профессиональной подготовке работников по специальностям СПО. Она направлена на развитие дополнительной региональной общей компетенции (ОК): Осуществлять проектирование индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических условиях производства.

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина входит в общепрофессиональный цикл ОПОП, вводится за счет часов вариативной части ОПОП.

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

*В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:*

- применять техники профессионально-личностного развития;
- использовать приемы саморегуляции в процессе межличностного общения;
- определять перспективы и направления профессионально-личностного роста, пути и способы самосовершенствования;
- эффективно взаимодействовать с другими людьми в процессе совместной учебно-профессиональной деятельности;
- осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами;
- выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению.

*В результате освоения учебной дисциплины обучающиеся должны знать:*

- комплекс понятий: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения, компьютерная грамотность и др.;
- психологические аспекты развития личности, свои индивидуальные возможности и способности;
- когнитивные основы овладения профессией;
- специфику организации рынка труда в условиях конкуренции;
- основы социально-коммуникативной деятельности;
- основные этапы личностно-профессионального самосовершенствования и саморазвития.

### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 108 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 72 часа;

самостоятельной работы обучающегося - 36 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	36
контрольные работы	4
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>36</b>
в том числе:	
- <i>подготовка творческих работ (презентаций, рефератов, докладов), написание опорных конспектов</i>	20
- <i>подготовка к практическим занятиям</i>	16
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Технология профессионально-личностного развития»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Человек в мире профессий</b>			
<b>Тема 1.1. Психологические аспекты развития личности в профессиональной деятельности</b>	<p>Компетенции:                      умения:                      - управлять своим эмоциональным состоянием, конструктивно разрешать межличностные конфликты, возникшие между участниками дорожного движения;                      - осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами;                      знания:                      - психологические аспекты развития личности, свои индивидуальные возможности и способности;</p>		
<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>	
1	<p>Труд в жизни человека и общества. Содержание и характер труда.                      Понятие профессионализма, требования к профессионалу.                      Профессиональный идеал и профессиограммы.                      Психические процессы: понятия, характеристика, роль и проявление в профессиональных ситуациях                      Темперамент: понятие, характеристика типов темперамента.</p>		2
	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	<b>8</b>	
	<p>Практическое занятие № 1                      Составление таблицы «Теории личности»                      Практическое занятие № 2                      Упражнения на проверку особенностей восприятия.                      Практическое занятие № 3                      Упражнения на проверку особенностей мышления, внимания.</p>		

	Практическое занятие № 4 Упражнения на определение типов темперамента, черт характера		
	<b>Контрольные работы</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Мой идеал в мире профессий (сообщение) Самодиагностика профессиональных склонностей и интересов по типам профессий. Составление опорного конспекта. Написание рефератов по темам: «Основные характеристики темперамента», «Познавательные процессы»	<b>10</b>	
<b>Тема 1.2. Эффективное общение и коммуникативные процессы</b>	Компетенции: умения: - использовать приемы саморегуляции в процессе межличностного общения; - выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению; знания: - основы социально-коммуникативной деятельности; - основные этапы личностно-профессионального самосовершенствования и саморазвития.		
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	1   Понятие эффективного общения. Правила эффективного общения. Основные понятия коммуникации, виды. Приемы эффективного общения. Невербальное общение: понятие, приемы. Этикет невербального общения.		2
	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	<b>8</b>	
	Практическое занятие № 5 Упражнения на проверку особенностей восприятия. Практическое занятие № 6 Упражнения по применению принципа амортизации при общении. Практическое занятие № 7 Упражнения по формированию умений выступления перед аудиторией Практическое занятие № 8 Тренинговое занятие «Навыки эффективного общения»		

	<b>Контрольная работа к разделу 1</b>	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Написание рефератов: «Виды и функции общения», «Приёмы невербального общения» Составление опорного конспекта по теме. Написание эссе «Кем я вижу себя через год, через 5 лет, через 10 лет» (текст выступления).	8	
<b>Раздел 2. Личностно- профессиональный рост и самосовершенствование</b>			
<b>Тема 2.1. Конфликт и его значение в личностном становлении профессионала</b>	Компетенции: умения: - выходить из конфликтных ситуаций конструктивными способами; знания: - основные понятия конфликтологии;		
	<b>Содержание учебного материала</b>	8	
	1 Типы конфликтов. Этапы конфликта. Способы разрешения конфликтов. Сущность и направления личностно- профессионального роста. Основные этапы процесса самосовершенствования и саморазвития. Сущность и направления личностно- профессионального роста.		3
	<b>Лабораторные работы</b>	-	
	<b>Практические занятия</b>	8	
	Практическое занятие № 9 Решение ситуаций по управлению конфликтами. Практическое занятие № 10 Упражнения по формированию умений разрешения конфликтов Практическое занятие № 11 Упражнения по формированию умений разрешения конфликтов Практическое занятие № 12 Тренинговое занятие «Я и конфликт»		
	<b>Контрольные работы</b>	-	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Написание рефератов по темам: «Теории конфликта», «Конфликтология как наука»	<b>8</b>	
<b>Тема 2.2.</b> <b>Когнитивные основы овладения профессией</b>	Компетенции: умения: - осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами; - выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению. знания: - когнитивные основы овладения профессией; - специфику организации рынка труда в условиях конкуренции;		
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	
	1 Специфика организации рынка труда в условиях конкуренции. Успешность в профессиональной деятельности. Методы сбора информации. Анализ и обработка информации. Работа с различными источниками информации.		3
	<b>Лабораторные работы</b>		
	<b>Практические занятия</b>	<b>12</b>	
	Практическое занятие № 13 Отработка навыков подготовки текста выступления и презентации. Практическое занятие № 14 Отработка навыков подготовки текста выступления и презентации. Практическое занятие № 15 Составление программы профессионально- личностного развития Практическое занятие № 16 Составление программы профессионально- личностного развития		
	<b>Контрольная работа к разделу 2</b>	<b>1</b>	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Поиск, анализ и обработка информации. Подготовка презентации. Подготовка текста выступления перед аудиторией. Оформление программы профессионально- личностного развития	<b>10</b>		

	<b>Дифференцированный зачет</b>		
	<b>Всего:</b>	<b>108</b>	

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)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета общественных дисциплин.

*Оборудование учебного кабинета:*

- комплект ученической мебели;
- рабочее место преподавателя;
- классная доска;
- комплексное учебно-методическое обеспечение дисциплины «Технология профессионально-личностного развития».

профессионально-личностного развития».

*Технические средства обучения:*

- компьютер с лицензионным программным обеспечением, проектор;
- экран.

Формы проведения консультаций (групповые, индивидуальные, письменные, устные).

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

*Основные источники:*

1. Грецов, А.Г. Выбираем профессию: советы практического психолога. - СПб.: Питер, 2016. - 216 с.
2. Зеер, Э.Ф. Психология профессионального развития. - М.: Академия, 2008. - 240 с.
3. Климов, Е.А. Психология профессионального самоопределения. - М.: Академия, 2014. - 302 с.
4. Климов, Е.А. "Потемки" и "светильники" в становлении профессионала: пособие для занятых трудовым и профессиональным самовоспитанием. - М.: МПСИ, 2008. - 177 с.
5. Психологические основы профессиональной деятельности: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. В.А. Бодров. - М.: Логос, 2007. - 855 с.
6. Фадеева, Е. И., Ясюкевич, М.И. От выбора профессии к успеху в жизни: Учебно-методич. пособие. - М.: Перспектива, 2008. - 125 с.

*Дополнительные источники:*

1. Зимняя, И.А. «Педагогическая психология». Учебное пособие – Ростов Н/Д: Издательство «Феникс», 1997 – 480 с.
2. Психологический тренинг с подростками./ Л.Ф. Анн – СПб: Питер, 2003 - 271 с.
3. Практикум по возрастной и педагогической психологии; Для студентов средних педагогических учебных заведений / Авт. – сост. Е.Е. Данилова; под. ред. И.В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 2000 – 160 с.
4. Поляков, В.А. Технология карьеры. М.: Дело ЛТД, 1995. 128 с.
5. Пряжников, Н.С. Профориентационные игры: Проблемные ситуации, задачи, карточные методики. М.: Изд-во МГУ, 1991. 87 с.
6. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. М.: Изд-во: Институт практической психологии, Воронеж: НПО "МОДЭК", 1996. 246 с.
7. Пряжников, Н.С. Психологический смысл труда. М.: Изд-во "Институт практической психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997. 352 с.
8. Франкл, В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
9. Фромм, Э. Человек для себя. Мн.: Коллегиум, 1992. 253 с.

**Интернет-ресурсы:**

2. <http://www.e-profobr.ru/index.html>

2. [http://www.ido.edu.ru/psychology/labour\\_psychology/index.html](http://www.ido.edu.ru/psychology/labour_psychology/index.html)
3. <http://www.psybooks.ru/index.php>.
4. [auditorium.ru](http://auditorium.ru)
5. <http://www.lib.ru/PSIHO>.
6. <http://psinfo.ru>.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Освоенные умения</b>	
применять техники профессионально-личностного развития	Защита практических работ
использовать приемы саморегуляции в процессе межличностного общения	Экспертная оценка преподавателя деятельности обучающегося в ходе выполнения практических работ
определять перспективы и направления профессионально-личностного роста, пути и способы самосовершенствования	Защита практической работы № 1
эффективно взаимодействовать с другими людьми в процессе совместной учебно-профессиональной деятельности	Экспертная оценка преподавателя деятельности обучающегося в ходе выполнения практических работ
осуществлять информационный поиск, обрабатывать и представлять информацию в соответствии с поставленными задачами	Защита практических работ
выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению	Защита практических работ
<b>Усвоенные знания</b>	
комплекс понятий: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения, компьютерная грамотность и др.	Опрос (тестовый)
психологические аспекты развития личности, свои индивидуальные возможности и способности	Опрос (тестовый)
когнитивные основы овладения профессией	Опрос (тестовый)
специфику организации рынка труда в условиях конкуренции	Опрос (тестовый)
основы социально-коммуникативной деятельности	Опрос (тестовый)