Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Амрахов Гаджи Исламович
Должность: Директор
Дата подписания: 11.03.2026 17:56:56
Уникальный программный ключ:
5caf3de1ad340062d1ae0c070acdbab0a60be980

Автономная некоммерческая организация профессионального образования

«Автомобильный, правовой техникум»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

СГ.06. Психология личности и профессиональное самоопределение

по специальности
38.02.03 Операционная деятельность в логистике

форма обучения: очная, заочная

квалификация - операционный логист

Воронеж - 2025

ОДОБРЕНА

Предметной (цикловой) комиссией

Председатель ПЦК

_____ (Амрахов Г.И.)
подпись

Разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Заместитель директора

_____ (Косарева К.Ю.)
подпись

РАССМОТРЕНА
на заседании Педагогического совета
Протокол от 28 августа 2025г. № 1

Разработчик:

преподаватель АНО ПО «Автомобильный, правовой техникум»

СОДЕРЖАНИЕ

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ
1.1 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы
1.2 Требования к результатам освоения дисциплины
1.3 Количество часов на освоение программы дисциплины 5
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ 6
2.1 Объем дисциплины и виды учебной работы 6
2.2 Тематический план и содержание дисциплины
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ 12
3.1 Требования к материально-техническому обеспечению 12
3.2. Перечень нормативных правовых документов, основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины 12
3.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных, информационных справочных систем ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины 12
3.4. Особенности реализации дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья 13
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ 14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Психология личности и профессиональное самоопределение

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» относится к социально- гуманитарному учебному циклу, вариативная часть.

1.2. Требования к результатам освоения дисциплины:

Курс «Психология личности и профессиональное самоопределение» **нацелен** на повышение уровня практического владения современным русским литературным языком в разных сферах его функционирования студентами СПО.

Овладение новыми навыками и знаниями в этой области и совершенствование имеющихся неотделимо от углубления понимания основных характерных свойств русского языка как средства общения и передачи информации, а также расширения обще-гуманитарного кругозора, опирающегося на владение богатым коммуникативным, познавательным и эстетическим потенциалом русского языка.

Изучение дисциплины нацелено также на формирование представления о русском языке как духовной, нравственной и культурной ценности народа, на осознание национального своеобразия русского языка и овладение культурой межнационального общения.

Основными **задачами** курса являются следующие:

- расширить представление студентов о языковых единицах разных уровней (фонетического, лексического, грамматического, стилистического);
- совершенствовать орфографическую и пунктуационную грамматику;
- совершенствовать речевую культуру, воспитывать культурно-ценностное отношение к русской речи;
- способствовать осознанному владению системой норм русского литературного языка.

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

У1 - эффективно работать в команде;

У2 - проводить профилактику, раннее выявление и оказание эффективной помощи при стрессе;

У3 - регулировать и разрешать конфликтные ситуации;

У4 - использовать вербальные и невербальные средства общения в психотерапевтических целях;

У5 - использовать простейшие методики саморегуляции, поддерживать оптимальный психологический климат в лечебно-профилактическом учреждении.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

З1 - основные направления психологии, психологию личности и малых групп, психологию общения;

З2 - задачи и методы психологии;

З3 - основы психосоматики;

З4 - психологические факторы в предупреждении возникновения и развития болезни.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **иметь практический опыт:**

П1 – адекватного применения вербальных и невербальных средств общения в зависимости от ситуации делового (профессионального) общения;

П2 – установления эффективного межличностного взаимодействия в деловом (профессиональном) общении;

П3 – применения методов логического доказательства в деловом общении, для достижения поставленных профессиональных целей;

П4 – предотвращения и разрешения конфликтных ситуаций в деловом общении.

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих общих компетенций:

ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 09	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

1.3. Количество часов на освоение программы дисциплины

Объем работы обучающихся в академических часах 44 часов, в том числе:
Обязательная часть – 0 часов
Вариативная часть – 44 часов
Объем практической подготовки: 4 ч

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Объем часов***	*В том числе в форме практической подготовки*
Объем работы обучающихся в академических часах (всего)	**44**	***4***
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем (всего)	**44**	***4***
в том числе:		
лекции	16	
практические занятия	16	*4*
Самостоятельная работа обучающегося (всего) с обоснованием расчета времени, затрачиваемого на ее выполнение	**12**	
в том числе:		
Подготовка к зачету; ответы на контрольные вопросы	6	
Работа с основной и дополнительной литературой	6	
Промежуточная аттестация в форме № 3 семестр – *зачет*		

2.2. Тематический план и содержание дисциплины Психология личности и профессиональное самоопределение

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в психологию			
Тема 1.1 Введение в психологию	**Содержание учебного материала**	1	*У4 З1 З4 ОК1 ОК5 ОК9*
	Определение психологии как науки. Предмет, объект, задачи психологии. Отрасли психологии		
Тема 1.2 Поведение и деятельность человека	**Содержание учебного материала**	1	*У1 У2 У3 У5 З2 ОК1 ОК5 ОК9*
	Развитие высших психических функций у человека. Понятие и строение человеческой деятельности. Виды и развитие человеческой деятельности. Деятельность и психические процессы. Умения, навыки, привычки		
Тема 1.3 Сознание	**Содержание учебного материала**	2	*У1 У3 ОК1 ОК5 ОК9*
	Возникновение и развитие сознания. Сознание как высшая форма психики. Структура сознания. Сознание и бессознательное		
	Самостоятельная работа обучающихся Работа с основной и дополнительной литературой. Подготовка к опросу по 1 разделу	2	
Раздел 2 Психология личности			
Тема 2.1 Введение в психологию личности	**Содержание учебного материала**	1	*У1 З2 З4 ОК1 ОК5 ОК9*
	Общее представление о личности. Понятия: индивид, личность, индивидуальность. Структура личности. Проблемы устойчивости личности. Современные теории личности. Индивидуальные различия людей		
Тема 2.2 Способности	**Содержание учебного материала**	1	*У2 У3 П3 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятие способностей. Виды способностей. Понятие задатков. Виды задатков. Общие и специальные способности. Развитие способностей		
Тема 2.3	**Содержание учебного материала**	1	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
Темперамент	Понятие темперамента. Физиологическая основа темперамента. Свойства темперамента. Психологические характеристики темпераментов		*У1 У4 П1 ОК1 ОК5 ОК9*
	Практическое занятие. Методы изучения темперамента Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (личностный опросник Г. Айзенка). Темперамент и индивидуальный стиль деятельности. Требования, предъявляемые профессиональной деятельностью медсестры к типу темперамента работника	2	
Тема 2.4 Характер	**Содержание учебного материала**	1	*У2 У3 П1 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятие характера. Структура характера		
	Практическое занятие. Методы изучения акцентуаций характера Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (тест К. Леонгарда – Х. Шмишека). Понятие черты характера. Сензетивный период становления основных черт характера. Требования, предъявляемые профессиональной деятельностью медсестры к акцентуации характера работника	2	
Тема 2.5 Мотивация	**Содержание учебного материала**	1	*У1 У4 З3 П4 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятия мотива и мотивации. Диспозиционные и ситуационные детерминанты поведения. Классификация человеческих потребностей А. Маслоу. Мотивация деятельности. Мотивация, самооценка и уровень притязаний		
	Практическое занятие. Методы изучения мотивации Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (опросник для измерения мотивации достижения А. Мехрабиана). Требования, предъявляемые профессиональной деятельностью медсестры к мотивационно-потребностной сфере работника. Требования, предъявляемые профессиональной деятельностью медсестры к мотивационно-потребностной сфере работника	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Работа с основной и дополнительной литературой	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
Раздел 3 Психология человеческих взаимоотношений			
Тема 3.1 Малая группа и коллектив	**Содержание учебного материала**	1	*У1 У2 У3 У5 П1 П3 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятие малой группы и коллектива. Большая и малая группы. Виды малых групп. Становление малой группы как коллектива. Критические периоды в развитии коллектива, их значение и пути преодоления. Структура малой группы. Позиция, статус, внутренняя установка и роль. Типы и варианты внутригрупповых структур коммуникаций. Руководство и лидерство в группе		
	Практическое занятие. Статическая картина внутригрупповых взаимоотношений (Межличностные взаимоотношения в группе) Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (социометрия). Официальные и неофициальные отношения. Статический и динамический подходы к изучению взаимоотношений в группе. Социометрия и статическая картина внутригрупповых взаимоотношений	2	
Тема 3.2 Личность и социальные роли	**Содержание учебного материала**	1	*У3 У5 З3 П1 П2 ОК1 ОК5 ОК9*
	Самосознание личности, «Я-концепция». Положительное и отрицательное воздействие группы на личность. Эффекты восприятия членов группы. Формальные и неформальные роли личности в группе		
	Практическое занятие. Изучение социальных ролей в группе Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (опросник Р.М. Белбина, направленный на изучение командных ролей в группе). Классификация ролей в группе по Р.М. Белбину. Механизмы психологической защиты личности	2	
Тема 3.3 Общение	**Содержание учебного материала**	1	*У1 У2 У3 П1 П2 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятие общения. Функции, виды общения. Структура общения. Стили, уровни, стратегии, средства общения. Общение как коммуникация. Причины плохой коммуникации. Понятие делового общения. Основные формы делового общения. Основные этапы проведения деловой беседы		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
	Практическое занятие. Невербальные средства общения Основы графологии. Основы кинесики (мимика, жесты, пантомимика). Основы закономерности проксемики (зоны дистанций в человеческом общении). Основные закономерности такесики (контакты с помощью прикосновений)	2	
Тема 3.4 Аргументирование в деловом общении	**Содержание учебного материала**	1	*У1 У2 У5 П1 ОК1 ОК5 ОК9*
	Методы логического доказательства (аргументации) при ведении деловой беседы. Техники нелогического доказательства. Основные аргументы в деловом общении. Некоторые техники внушения. Работа с возражениями		
Тема 3.5 Конфликты	**Содержание учебного материала**	1	*У1 У2 У3 У5 П2 П3 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятие конфликта. Структура конфликта. Виды конфликтов. Причины конфликтов. Типы конфликтных личностей. Модель конфликтного процесса и его последствия		
	Практическое занятие. Способы разрешения конфликтов Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (методика К. Томаса, направленная на изучение особенностей поведения в конфликтной ситуации). Методы и стратегии управления конфликтной ситуацией	2	
Тема 3.6 Стресс	**Содержание учебного материала**	1	*У2 У3 П4 ОК1 ОК5 ОК9*
	Понятие стресса в психологии. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса (стрессогенные факторы). Симптомы стресса. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Критические ситуации и их переживание		
	Практическое занятие. Профилактика по преодолению стресса Самоизучение: работа с психодиагностическим инструментарием (шкала организационного стресса Мак-Лина, шкала психологического стресса PSM-25). Требования, предъявляемые профессиональной деятельностью медсестры к стрессоустойчивости работника. Причины и последствия стресса в профессиональной деятельности. Механизмы преодоления стрессовых состояний. Методики	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
	психической и психофизиологической саморегуляции (аутогенная тренировка, массажи, аро-мофитоэргономика, цвето- и ауди- терапия и др.), направленные на повышение стрессоустойчивости. Психологические аспекты оказания экстренной психологической помощи при острой реакции на стресс: помощь при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии, чувстве вины или стыда, при двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, злости, агрессии, самопомощь при острых реакциях на стресс		
Тема 3.7 Симптом эмоционального выгорания	**Содержание учебного материала**	1	*З4 У3 ОК1ОК5 ОК9*
	Понятие СЭВ. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания. Выгорание работников в сфере логистики. Профессиональные факторы выгорания медсестер		
	Самостоятельная работа обучающихся Работа с основной и дополнительной литературой	2	
	Подготовка к сдаче зачета	6	
	Всего	44	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины «Психология личности и профессиональное самоопределение» требует наличия кабинета «Психологии» – учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Оборудование учебного кабинета: комплект учебной мебели:

- рабочее место преподавателя (стол, стул);
- рабочие места обучающихся (столы, стулья);

Технические средства обучения: переносное техническое оборудование:

- проектор;
- экран;
- переносной компьютер.

Наглядные средства обучения:

- таблицы;
- плакаты;
- раздаточный материал.

Помещение для самостоятельной работы /Методический кабинет.

Оборудование кабинета: комплект учебной мебели:

- рабочее место преподавателя (стол, стул);
- рабочие места обучающихся (столы, стулья);

Технические средства обучения:

- проектор;
- экран для проектора
- ноутбук с возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации.

3.2. Перечень нормативных правовых документов, основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Немов, Р. С. Общая психология. Психология личности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Р. С. Немов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 940 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-18332-0. — Текст :

электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/568874

2. Голубева, А. В. Русский язык и культура речи : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. В. Голубева ; под редакцией А. В. Голубевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 386 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-7623-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/559658

3. Панфилова, А. П. Культура речи и деловое общение : учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. П. Панфилова, А. В. Долматов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 488 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16686-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/568542

4. Культура речи и деловое общение : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. В. Химик [и др.] ; ответственные редакторы В. В. Химик, Л. Б. Волкова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 308 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-07792-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/565092

Дополнительная литература:

1. Русский язык и культура речи. Практикум. Словарь : учебно-практическое пособие для среднего профессионального образования / В. Д. Черняк [и др.] ; под общей редакцией В. Д. Черняк. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 525 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03886-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/536765

2. Русский язык и культура речи. Семнадцать практических занятий : учебное пособие для среднего профессионального образования / Е. В. Ганапольская [и др.] ; под редакцией Е. В. Ганапольской, Т. Ю. Волошиновой. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 304 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12286-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/541479

3. Шарапов, А. О. Психология личности в кризисных состояниях : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 223 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19515-6. — Текст : электронный //

Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/556571

3.3 Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных, информационных справочных систем ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

Комплект лицензионного программного обеспечения:
Р7-Офис.Профессиональный

Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
Грамота.ру — справочно-информационный портал о русском языке http://gramota.ru
Проект Словари www.slovari.ru
Образовательная платформа практической психологии https://psychologos.ru/

Информационно-справочные системы:
Справочная система Юрайт https://urait.ru/

Современные профессиональные базы данных:
База данных Института русского языка
https://ruslang.ru/online

3.4. Особенности реализации дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья, предусматривается индивидуальный график обучения.

Инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, адаптированные для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и позволяющие оценить достижение ими запланированных в основной образовательной программе результатов обучения и уровень сформированности всех компетенций, заявленных в образовательной программе.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнения обучающимися самостоятельной работы.

Результаты обучения (умения, знания)	**Формы текущего контроля результатов обучения**
В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**	
У1 - эффективно работать в команде;	анализ выполнения группового задания (работа в малых группах)
У2 - проводить профилактику, раннее выявление и оказание эффективной помощи при стрессе;	анализ выполнения группового задания (работа в малых группах)
У3 - регулировать и разрешать конфликтные ситуации;	анализ выполнения практических работ, активность на занятиях в группах
У4 - использовать вербальные и невербальные средства общения;	анализ выполнения практических работ активность на занятиях в группах;
У5 - использовать простейшие методики саморегуляции, поддерживать оптимальный психологический климат в лечебно-профилактическом учреждении	анализ выполнения практических работ; активность на занятиях в группах
В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**	
З1 - основные направления психологии, психологию личности и малых групп, психологию общения;	оценка за выполнение индивидуального задания
З2 - задачи и методы психологии;	оценка за выполнение индивидуального задания
З3 - основы психосоматики;	оценка за решение кейсов на практических занятиях
З4 - психологические факторы в предупреждении возникновения и развития болезни	оценка за выполнение тестового задания
В результате освоения дисциплины обучающийся должен **иметь практический опыт:**	
П1 – адекватного применения вербальных и невербальных средств общения в зависимости от ситуации делового (профессионального) общения;	анализ выполнения группового задания (работа в малых и больших группах); активность на занятиях в группах
П2 – установления эффективного межличностного взаимодействия в деловом (профессиональном) общении;	анализ выполнения группового задания (работа в малых и больших группах); активность на занятиях в группах
П3 – применения методов логического доказательства в деловом общении, для достижения поставленных профессиональных целей;	анализ выполнения группового задания (работа в малых и больших группах); активность на занятиях в группах
П4 – предотвращения и разрешения конфликтных ситуаций в деловом общении	анализ выполнения группового задания (работа в малых и больших группах); активность на занятиях в группах