Приложение 4.18

к ППССЗ по специальности

49.02.02 Адаптивная физическая культура

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММа УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**оп.18 Психология ЛИЧНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее - СПО) **49.02.02. Адаптивная физическая культура** (уровень подготовки углубленный), укрупненной группы направлений подготовки и специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт.

Организация-разработчик: Бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Алтай «Горно-Алтайский педагогический колледж»

Разработчики:

Бапинова Светлана Петровна, преподаватель психолого-педагогических дисциплин.

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | стр. |
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 4 |
| 2. СТРУКТУРА и содержание РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ3. условия реализации РАБОЧЕЙ программы учебной дисциплины4. Контроль и оценка результатов Освоения учебной дисциплины | 6  14  16 |

1. **паспорт ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
   1. **Место учебной дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Учебная дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по 49.02.02. Адаптивная физическая культура.

Учебная дисциплина «Психология личности и профессиональное самоопределение» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 49.02.02. Адаптивная физическая культура. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК. 01, ОК. 02, ОК. 03, ОК. 04, ОК.5, ОК.6, ОК.8, ОК.11, ЛР 4, ЛР 7, ЛР 13, ЛР 14, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 18, ЛР 19, ЛР 21.

**1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются следующие умения и знания:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Код**  **ПК, ОК** | **Умения** | **Знания** |
| ОК. 01  ОК. 02  ОК. 03  ОК. 04  ОК.5  ОК.6  ОК.8  ОК.11  ЛР 4  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14  ЛР 15  ЛР 16  ЛР 18  ЛР 19  ЛР 21 | 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. |

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид учебной работы | Объем в часах |
| Квалификация:  учитель адаптивной физической культуры |
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 63 |
| в том числе: | |
| теоретическое обучение | 18 |
| практические занятия / в том числе в форме практической подготовки | 24/24 |
| самостоятельная работа | 21 |
| Промежуточная аттестация | Дифференцированный зачет |

# **2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала,**  **лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная учебная работа обучающихся, курсовой проект (работа)** | **Объем часов / в том числе в форме практической подготовки** | **Коды компетенций и личностных результатов[[1]](#footnote-1), формированию которых способствует элемент программы** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| **Раздел 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения.** | | **10** |  |
| **Тема 1.1.**  **Профессиональная деятельность.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Понятие «деятельность» и «профессия». Человек в сфере трудовой деятельности. Подготовка к труду. Адаптация внутренних условий и внутренний средств деятельности. Требования к внешним условиям и внешним средствам деятельности. | ЛР 4  ЛР 7  ЛР13  ЛР14 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Адаптация. Напряженность: понятие, характеристика и проявление напряженности. Подготовка к профессиональной деятельности. | ЛР18  ЛР 19  ЛР 21 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы, делая при этом конспекты прочитанного или выписки. | 2 | ЛР 15  ЛР 16 |
| **Тема 1.2.**  **Профессиональное самоопределение.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Сущность профессионального самоопределения. Содержательно-процессуальная модель профессионального самоопределения. Профессиональное самоопределение на разных стадиях становления личности. Конфликты профессионального самоопределения. | ЛР 13  ЛР 14  ЛР 18 |
| **Практические занятия**  Профессиональная направленность. | 2/2 |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы, тестирование на профессиональную направленность личности, определение типа профессиональной направленности. | 2 | ЛР 18  ЛР 19  ЛР 21 |
| **Раздел 2. Проблемы выбора. Профессиональная непригодность.** | | **5** |  |
| **Тема 2.1. Профессиональная структура личности.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Детерминация профессионального становления личности. Взаимодействие индивидуального, личностного в профессиональном развитии. Стадии профессионального становления личности. Профессиональные деформации личности. | ЛР 4  ЛР 7  ЛР 16 |
| **Практические занятия**  Профессиональная непригодность. Методы оценки профессиональной пригодности соискателей на должность. Психодиагностика профессиональной направленности и специальных способностей. | 2/2 | ЛР 13  ЛР 14  ЛР 18 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Подготовка сообщений по темам:  1. Профессиональная пригодность.  2. Профессиональное становление личности.  3. Профессиональная непригодность.  4. Профессиональная направленность. | 2 | ЛР 4  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14  ЛР 18 |
| **Раздел 3. Технология выбора профессии. Правильные ориентиры.** | | **6** |  |
| **Тема 3.1. Профессиональный выбор.** | **Содержание учебного материала** | 2 |  |
| Профессиональное становление личности - формообразование. Психофизиологические свойства личности. Направленность, профессиональная компетентность, профессионально важные качества. Поиск оптимальных способов качественного выполнения профессионально значимых видов деятельности в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями личности. Самосознание. Самодиагностика. Самоопределение. Исследование рынка труда. Рейтинг профессий. Профессиональное консультирование. Ярмарки вакансий. | ЛР 4  ЛР 7  ЛР13  ЛР14  ЛР 21 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Анализ профессиональной направленности и рынка труда. | ЛР 18 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Составление рейтинга профессий. | 2 | ЛР 18 |
| **Раздел 4. Личностные регуляторы выбора профессии. Понятие о личности, её структуре.** | | **10** |  |
| **Тема 4.1. Структура личности.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Понятие «личность». Отличие личности от человека, индивида, индивидуальности. Отличие человека от животного. Отличие мужчины от женщины. Составляющие структуры личности в разных школах психологии. Отечественные психологи о структуре личности. Психические познавательные процессы. Эмоция и воля. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 15 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Темперамент и характер. Сознательное и бессознательное. Проявление личности в поведении и профессиональной деятельности. | ЛР 7  ЛР 16 |
| **Самостоятельные работы обучающихся**  Подготовка конспекта по темам: Социально обусловленные свойства личности. Индивидуальные особенности отдельных психологических процессов. | 2 | ЛР 7  ЛР 16 |
| **Тема 4.2. Свойства и качества, определяющие профессиональный выбор.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Понятие «задатки», «способности», «одаренность», «талант». Профессионально значимые способности и качества. Психические познавательные процессы: память, внимание, восприятие, воображение, мышление: речь. Эмоционально-волевые характеристики. Характер, Темперамент, понятие, виды и свойства темперамента. | ЛР 7  ЛР 16  ЛР 19 |
| **Практические занятия**  Средства развития психических процессов. | 2/2 | ЛР 18 |
| **Самостоятельные работы обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы. | 2 | ЛР 14  ЛР 15 |
| **Раздел 5. Психические процессы и волевая регуляция деятельности человека.** | | **9** |  |
| **Тема 5.1. Эмоционально-волевая сфера.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Понятие эмоций, их функции и свойства. Отличия между эмоциями и чувствами. Базисные эмоции. Основные элементы эмоциональной сферы личности. Психологические характеристики стресса. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 15 |
| **Практические занятия**  Механизмы регуляции эмоциональных состояний. Воля. Волевой акт. Психологические особенности воли на разных возрастных этапах развития личности. | 2/2 | ЛР 7  ЛР 16 |
| **Самостоятельные работы обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием курса лекций и рекомендованной литературы. Составление конспекта по перечню вопросов. | 1 | ЛР 14  ЛР 15 |
| **Тема 5.2. Регуляция психических процессов и состояний.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Типы нервной деятельности и особенности регуляции психических процессов и состояний человека. Регуляция как сознательный акт. Волевые усилия. Произвольность Психических познавательных процессов. Произвольность поведения. Влияния внешних факторов на состояния. Способности предупреждения эмоциональных напряжений и срывов. Техники и технологии эмоциональной регуляции и поведения. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Арт-терапия в профессии. | ЛР 7  ЛР 16 |
| **Самостоятельные работы обучающихся**  Работа с коллажами на тему:  1. Такой я / реклама себе.  2. Таким меня видят другие люди.  3. Таким я хочу быть.  4. Такой я в группе. | 2 | ЛР 14  ЛР 15  ЛР 18  ЛР 19  ЛР 21 |
| **Раздел 6. Характер, темперамент и направленность личности.** | | **8** |  |
| **Тема 6.1. Связь темперамента и характера.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Темперамент и характер в структуре личности. Виды темперамента. Характер. Влияние внешних факторов на формирование и изменения особенностей характера человека. Акцентуации характера. Виды акцентуаций характера. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Свойства темперамента в характере человека. Методы диагностики темперамента и характера. Наборы профессионально значимых характерологических качеств - основание для выбора профессии. | ЛР 7  ЛР 16 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Анализ собственного характера, типа темперамента по кругу Айзенка и формуле Белова. | 1 | ЛР 18  ЛР 19 |
| **Тема 6.2. Характерологические особенности профессионала.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Критерии профессионального выбора у Е.А. Климова, Э. Гинзберг и Холланда. Комплекс характерологических особенностей при выборе профессии. Реалистический тип. Социальный тип. Исследовательский тип. Артистический тип. Предпринимательский тип. Конвенциальный тип. Коррекция личности при компромиссном выборе профессии. Этапы профессионального пути. Стратегии формирования психики - стратегии внутреннего обретения новых свойств и качеств личности. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Диагностика профессионального типа. | ЛР 15  ЛР 16 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы. | 1 | ЛР 19  ЛР 21 |
| **Раздел 7. Познание задатков и способностей.** | | **6** |  |
| **Тема 7.1. Задатки и способности человека.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Труд как вид человеческой деятельности. Задатки и способности. Проявление задатков и способностей в психических процессах человека. Условия развития эффективности психического процесса. Умение адекватно оценивать возможности. Мотивы преодоления трудностей деятельности. Волевые усилия в доведении начатого дела до конца. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14 |
| **Практические занятия** | 0 |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы, делая при этом конспекты прочитанного или выписки. | 1 | ЛР 19  ЛР 21 |
| **Тема 7.2. Диагностика задатков и способностей.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Диагностика: понятие, виды, правила. Диагностика профессионально-значимых качеств и способностей у специалистов профессиональных центров. Компьютерная диагностика. Самодиагностика. Виды диагностических инструментов. Тестирование при профессиональном отборе. Диагностика задатков и способностей при профессиональной ориентации и профессиональном выборе. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Психические процессы и свойства. | ЛР 19  ЛР 21 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием рекомендованной литературы, делая при этом конспекты прочитанного или выписки. | 1 | ЛР 19  ЛР 21 |
| **Раздел 8. Самопознание. Самовоспитание личности.** | | **3** |  |
| **Тема 8.1.**  **Самовоспитание и самопознание.** | **Содержание учебного материала** | 2 |  |
| 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. Кризисы и конфликты в жизни человека. Способы разрешения. Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов. | ЛР 5  ЛР 7  ЛР 13  ЛР 14 |
| **Практические занятия** | 0 |  |
|  |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием курса лекций и рекомендованной литературы. Составление конспекта по перечню вопросов. Запись возникших во время самостоятельной работы с учебниками и научной литературой вопросы, чтобы затем на консультации получить на них ответы. | 1 | ЛР 14  ЛР 15  ЛР 17  ЛР 19  ЛР 21 |
| **Раздел 9. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода.** | | **5** |  |
| **Тема 9.1. Этапы профессионального развития.** | **Содержание учебного материала** | 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 технологии на стадии первичной профессионализации. | ЛР 13  ЛР 15  ЛР 17 |
| **Практические занятия** | 2/2 |  |
| Оптимальный уровень профессиональной активности. Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности. Профессиональное мастерство. Изменение характера профессиональной деятельности. Проявление активности на стадии профессионального мастерства. | ЛР 14  ЛР 16  ЛР 17 |
| **Самостоятельная работа обучающихся**  Изучение теоретического материала с использованием курса лекций и рекомендованной литературы. Составление конспекта по перечню вопросов. | 1 | ЛР 21 |
| **Раздел 10. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий.** | | **1** |  |
| **Тема 10.1. Профессиональные категории.** | **Содержание учебного материала** | 1 |  |
| Понятие профессии. Психологическая классификация профессий. Классификация учебных профессий. Сущность профессиографии. Методы профессиографических исследований. Дифференцированное про- фессиографирование. профессиональная аттестация. Процедура и методы профессиональной аттестации в специальностях. Понятие специализация. Профессиональное сопровождение. Коучинг. Профессиональное долголетие. | ЛР 4  ЛР 18 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** | 0 |  |
| **Всего:** | | **63** |  |

# **3.условия реализации РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ дисциплины**

**3.1. Для реализации рабочей программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

кабинет Психологии, оснащенный оборудованием: классная доска; рабочее место преподавателя; рабочее место студента (по количеству обучающихся); учебно-методические материалы (УМК) и наглядные пособия (в том числе на электронных носителях: CD,DVD), техническими средствами обучения: компьютер, принтер, сканер, программное обеспечение общего и профессионального назначения, интерактивная система, мультимедиа проектор.

**3.2. Информационное обеспечение реализации рабочей программы учебной дисциплины**

Для реализации рабочей программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемых для использования в образовательном процессе.

**3.2.1. Печатные издания:**

**Основная литература:**

1. Бухарова, И.С. Психология. Практикум: учебное пособие для СПО [Текст] / И.С.Бухарова, М.В. Бывшева, Е.А. Царегородцева.-2-е изд., перераб. и доп.-Москва, Издательство Юрайт, 2019.-208с.- (Серия: Профессиональное образование).
2. Дубровина, И.В. Психология.: учеб. для студентов пед. учеб. Заведений [Текст] / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан; под ред. И.В. Дубровиной. - 16-е изд., - Москва: Издательский центр «Академия», 2021. – 496с.
3. Ефимова, Н.С. Основы общей психологии.: учеб. пособие для студентов сред. проф. обр. [Текст] / Ефимова Н.С. М.: ИНФРА - Москва: ФОРУМ, 2017. - 380с.
4. Ильин, Е.П. Психология.: учебник для средних учебных заведений [Текст] / Ильин Е.П. - Санкт-Петербург: Питер, 2021. – 560с.
5. Макарова, И.В. Общая психология: учебное пособие для СПО [Текст] / И.В. Макарова. – Москва: Издательство Юрайт, 2019.- 291с.
6. Мананникова, Е.Н. Педагогическая психология: учебное пособие: учебное пособие для студентов пед. колледжей [Текст] / Мананникова Е.Н. - 3-е изд. Москва: 2020.- 284с.
7. Милорадова, Н.Г. Психология : учебное пособие для СПО / Н.Г.Милорадова. Москва: Издательство Юрайт, 2019.-256с.
8. Немов, Р.С. Психология в 2 ч. Часть 1, 2: учебное пособие для СПО [Текст] /Р.С.Немов. – 2-е изд,, пер и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2018. - 485с.
9. Психология : учебник и практикум для СПО [Текст] / А.С. Обухова и др. ; под общ. ред. А..С. Обухова. – 2-е изд., пер и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2021.- 196с.
10. Столяренко, Л.Д., Столяренко В.Е. Психология.: серия «Учебники, учебные пособия» [Текст] / Столяренко Л.Д., Столяренко В.Е.- Ростов-на-Дону, «Феникс» 2020. – 448с.

**3.2.2. Электронные издания (электронные ресурсы)**

1. Научная педагогическая электронная библиотека. Сайт НПБ им. К.Д. Ушинского (Режим доступа): URL: <http://elib.gnpbu.ru>
2. Федеральный портал «Российское образование» (Режим доступа): URL: <http://www.edu.ru>
3. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (Режим доступа): URL: <http://fcior.edu.ru>
4. Электронная психологическая библиотека. (Режим доступа): URL: <https://bookap.info/>
5. Детская психология для специалистов. Библиотека. (Режим доступа): URL: <http://childpsy.ru/lib/>
6. «Флогистон» - электронная библиотека по психологии. (Режим доступа): URL: <http://flogiston.ru/library>
7. Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» URL: <https://www.biblio-online.ru>
8. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» URL: <http://www.iprbookshop.ru>

**3.2.3. Дополнительные источники**

1. Баданина, Л. П. Психология познавательных процессов [Текст] : учеб. пособие / Л. П. Баданина. – Москва: Флинта ; МПСИ, 2020. – 240 с.
2. Бархаев, Б. П. Педагогическая психология [Текст] : учеб. пособие для вузов / Б. П. Бархаев. – Санкт петербург. : Питер, 2019. – 448 с. : ил. – (Учеб. пособие).
3. Крысько, В. Г. Психология и педагогика [Текст] : учеб. пособие / В. Г. Крысько. – Санкт Петербург. : Питер, 2019. – 271 с.
4. Маклаков, А. Г. Общая психология [Текст] : учеб. для вузов / А. Г. Маклаков. – Санкт петербург : Питер, 2021. – 583 с.
5. Психология [Текст] : учеб. для гуманитар. вузов / под ред. В. Н. Дружинина. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2018. – 656 с.
6. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – Санкт Петербург. : Питер, 2020. – 713 с.

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Результаты обучения*** | ***Критерии оценки*** | ***Методы оценки*** |
| **Знания:**  - 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. | - способность планировать собственную деятельность;  - способность выбирать методы и способы выполнения своей деятельности;  - понимание сути профессиональных задач;  - работа с информационными справочно – правовыми системами;  - работа с электронной почтой и ресурсами локальных и глобальных информационных сетей. | - Устный опрос;  - Письменный опрос (тестирование, работа по карточкам, самодиктанты, разбор ситуаций, вопросы для самоконтроля, письменные ответы на вопросы, выполнение практических работ, и др.);  - Внеаудиторная самостоятельная работа;  - Защита итоговой письменной контрольной работы. |
| **Умения:**  - 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. | * умение оценивать эффективность и качество выполнения своей профессиональной деятельности; * умение формулировать цель и задачи предстоящей профессиональной деятельности; * - умение проводить рефлексию (оценивать и анализировать процесс и результат). | Оценка результатов выполнения практической работы (оценка выполнения проблемно-логических заданий; оценка выполнения индивидуального творческого задания). |

**Разработчики:**

БПОУ РА

«Горно-Алтайский

педагогический колледж» преподаватель С.П. Бапинова

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

**Эксперты:**

БПОУ РА

«Горно-Алтайский

Педагогический колледж» зав. физкультурного отделения Н.Л. Бабаякова

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)

1. В соответствии с Приложением 3 ПООП. [↑](#footnote-ref-1)