

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Новосибирской области
«Искитимский центр профессионального обучения»

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

методист

зав. учебной части

Шлыкова Г.Г. Шлыкова

Грамотина А.С. Грамотина

« 25 » июня 2026 г.

« 25 » июня 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
АДАПТАЦИОННОГО ЦИКЛА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
«Адаптация к производственной деятельности»
по профессиональной подготовке обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья
по профессии "Рабочий зеленого хозяйства"
2026-2028 учебный год**

Разработчик:
преподаватель
Сафонова Н. А.

п. Агролес 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы адаптационного цикла учебной дисциплины «Адаптация к производственной деятельности».
2. Результатом освоения учебной дисциплины.
3. Структура и содержание учебной дисциплины.
4. Условия реализации программы учебной дисциплины.
5. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Адаптация к производственной деятельности».

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОГО ЦИКЛА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Адаптация к производственной деятельности»

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Адаптация к производственной деятельности» является частью адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки по профессии «Рабочий зеленого хозяйства», для лиц с ограниченными возможностями здоровья, не имеющих основного общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре адаптированной образовательной программы.

Дисциплина входит в адаптационный цикл, адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки.

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

В результате изучения обязательной части адаптационного цикла обучающийся по учебной дисциплине:

должен уметь:

- анализировать собственную пригодность к выбранной профессиональной деятельности;
- определять индивидуальные особенности памяти, внимания восприятия и мышления;
- анализировать информацию о вакансиях;
- планировать и составлять временную перспективу своего будущего;
- определять сущность и структуру трудовой адаптации;
- составлять пакет документов для дальнейшего трудоустройства на новую работу;
- оформлять документы для портфолио и резюме;
- соблюдать профессиональную этику, этические кодексы, общепринятые правила осуществления трудового устава.

Успешно реализовать свои возможности и адаптироваться к новой социальной, профессиональной среде:

должен знать:

- профессиограмму будущей профессии;
- характеристику познавательной деятельности;
- цели, функции, виды и уровни общения; – навыки личной эффективности;
- понятие мотива и ценности в профессиональной деятельности;
- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы;
- современное состояние рынка труда, мир профессий;
- методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации будущей профессиональной деятельности;
- основные статьи Трудового Кодекса Российской Федерации;
- виды адаптации;
- особенности адаптации на рабочем месте;
- особенности и правила оформления документов;
- функции органов труда и занятости населения.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы адаптационного цикла:

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 36 часов, в том числе
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 36 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатом освоения учебной дисциплины является овладение общими компетенциями.

Код	Наименование результата обучения
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов её достижения, определенных руководителем
ОК 3.	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы
ОК 4.	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач
ОК 5.	Использовать информационно - коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями
ОК 7.	Организовывать собственную деятельность с соблюдением требований охраны труда и экологической безопасности
ОК 8.	Добиваться соблюдения своих социально - трудовых прав в рамках закона

3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	36
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
практические занятия	10

3.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

«Адаптация к производственной деятельности».

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Личностные результаты
1 семестр - 9 часов			
Раздел 1. «Основы профессиональной деятельности»	1.1. Понятие о профессии. Выбор профессии, выбор жизненного пути. Этапы профессионального самоопределения. Трудности в выборе профессии	2	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	1.2. Практическое занятие № 1 «Профессиональное мастерство»		
Раздел 2. «Шаг в профессию»	2.1. Мир профессий и предъявляемые требования к профессиям. 2.2. Типы профессий.	2	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	2.3. Практическое занятие № 2 «Профессиональное мастерство»		
Раздел 3. «Профессиональное самоопределение»	3.1. Интерес как побудительная сила при выборе профессии. 3.2. Проявление индивидуальности в профессиональной деятельности. 3.3. Профессиональное обучение - профессиональная подготовка. 3.4. Проявление активности профессионального мастерства (Профессионалы, Абилимпикс)	5	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	3.5. Практическое занятие № 3 «Профессиональное мастерство»		
2 семестр - 9 часов			
Раздел 4. «Профессиональная адаптация»	4.1. Профессиональная пригодность. Набор профессионально значимых свойств личности. 4.2. Профессиональное здоровье. Факторы, оказывающие влияние на профессиональное здоровье.	3	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	4.3. Практическое занятие № 4 «Профессиональное мастерство»		

Раздел 5. «Профессии и современность»	5.1. Востребованные профессии и специальности. Причины возникновения новых профессий и специальностей.	3	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	5.2. Конкурентоспособность: понятие, требования.		
	5.3. Практическое занятие № 5 «Профессиональное мастерство»		
Раздел 6. «Творчество в профессии»	6.1. Профессионально-техническое творчество.	3	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	6.2. Декоративно – прикладное творчество.		
	6.3. Практическое занятие № 6 «Профессиональное мастерство»		
ИТОГО:		18	

II курс

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	Объем часов	Личностные результаты
1 семестр - 9 часов			
Раздел 1: «Эффективные технологии поиска работы»	1.1. Этапы поиска работы. 1.2. Пошаговые пути поиска работы. 1.3. Резюме. Общение с работодателем по телефону. Собеседование. Портфолио.	4	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	1.4. Практическое занятие № 1 «Профессиональное мастерство»		
Раздел 2 «Правовые основы трудоустройства»	2.1. Трудовой кодекс РФ. Понятие труда, предмет и метод трудового права.	5	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	2.2. Понятие и виды трудового правоотношения. Понятие, стороны и виды трудового договора.		
	2.3. Трудовая дисциплина и ответственность в сфере труда. 2.4. Порядок трудоустройства на работу».		
	2.5. Практическое занятие № 2 «Профессиональное мастерство»		
2 семестр - 9 часов			
Раздел 3. «Профессиональная карьера»	3.1. Понятие «карьера» в узком и широком смысле. Этапы и мотивы карьерного роста.	3	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	3.2. Самозанятость - возможность работать в любимой сфере.		
	3.3. Практическое занятие № 3 «Профессиональное мастерство»		
Раздел 4. «Профессиональная этика»	4.1. Нормы профессиональной этики	2	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	4.2. Практическое занятие № 4 «Профессиональное мастерство»		

Раздел 5. «Трудовая адаптация.	5.1. Понятие и виды трудовой адаптации.	4	ЛР2, ЛР3, ЛР7
	5.2. Трудовая мотивация и удовлетворенность работой. 5.3. Конфликты в трудовой сфере.		
	5.4. 4.2. Практическое занятие № 5 «Профессиональное мастерство»		
ИТОГО:		18	

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Требования к минимальному материально – техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины не требует наличие учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- технические средства обучения:
- ПК с выходом в интернет;
- мультимедиа проектор;
- экран.

4.2 Информационное обеспечение обучения

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

Основные источники:

1. Людмила Леонидовна Панченко Адаптация к профессиональной деятельности: учеб. Пособие - ИПК МГУ им. Адм. Г. И. Невельского, г. Владивосток , 2006.
2. Агаджанян Н. А. Адаптация и резервы организма. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.32.
3. Адаптация к профессиональной деятельности / Физиология трудовой деятельности // А. Ж. Юревиц, В. С. Аверьянов, О. В. Виноградов и др., – СПб.: Наука, 1993. – с. 209–277.
4. Воланен М. В. Профессиональная адаптация молодежи / Психология личности и образ жизни. – М.: Наука, 1987. – с. 117–120.
5. Голуб Г.Б., Перельгина Е.А. Введение в профессию: общие компетенции профессионала. Эффективное поведение на рынке труда. Основы предпринимательства: Гиды для преподавателей. - Самара: ЦПО, 2011. – 345с.
6. Ефимова С.А. Ключевые профессиональные компетенции: спецификации модулей. - Самара: Изд-во ЦПО, 2007. – 123с.
7. Деловой этикет: учеб. Пособие для студ. учреждений сред. Проф. Образования / В.В. Усов. - 5-ое изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2011. - 400с.
8. Егоршин А.П. Мотивация трудовой деятельности: Учеб. пособие. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2011. – 378 с.
9. Кузнецова И.В., Филина С.В. Эффективное поведение на рынке труда: Учебно-методическое пособие для выпускников профессиональных учебных заведений / Под ред. И.А. Волошиной. - Ярославль: Центр "Ресурс", 2011.
10. Сулейманова Г.В. Правовое регулирование обеспечения занятости населения: Учеб. пособие. – М.ИНФРА-М, 2011. 250 с.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов,

1. Резапкина Г.В. Методический кабинет профориентации // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://metodkabi.net.ru/>
2. Безбарьерная среда в образовании. Профориентационный портал для обучающихся // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://xn---jtbbbrldcuew.xn--plai/>.
3. Адаптация работника: задачи, средства, проблемы. – http://www.uralweb.ru/articles/job/page_1/000/091/article_91.html
4. Альманах Институт коррекционной педагогики РАО // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://alldf.ru/ru/articles/almanah-14>

5. Трудовой кодекс РФ // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.trudkodeks.ru/>
6. Avito.ru, farpost.ru, Superjob.ru
7. Образовательный портал <http://www.profosvita.org.ua>
8. Законы, нормативы, бланки <http://blanker.ru>
9. Резюме, характеристика, рекомендация: как подготовить правильно и быстро[Электронный ресурс]: / Н.А. Добрина, И.В. Мустафина. - М.: ИЦ РИОР: НИЦ Инфра- М, 2013.
10. www.zakonrf.info/tk/
11. Профорентация: КЕМ СТАТЬ? [Электронный ресурс]/ www.proforientator.ru/profession

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и выполнения обучающимися индивидуальных заданий, конспектов.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Умения: на основе анализа современного рынка труда, ограничений здоровья и требований профессий осуществлять осознанный, адекватный профессиональный выбор и выбор собственного пути профессионального обучения; анализировать информацию о вакансиях; планировать и составлять временную перспективу своего будущего; определять сущность и структуру трудовой адаптации; составлять пакет документов для дальнейшего трудоустройства на новую работу; оформлять документы для портфолио и резюме; соблюдать профессиональную этику, этические кодексы, общепринятые правила осуществления трудового устава.</p>	<p>домашняя работа, фронтальный и индивидуальный устный (письменный) опрос, выполнение индивидуальных заданий.</p>
<p>Знания: роль среды в развитии человека в трудовом коллективе; современное состояние рынка труда, мир профессий; методы и формы поиска необходимой информации для эффективной организации будущей профессиональной деятельности; основные статьи Трудового Кодекса Российской Федерации; виды адаптации; механизмы социальной адаптации; особенности адаптации на рабочем месте; особенности и правила оформления документов; функции органов труда и занятости населения.</p>	<p>фронтальный и индивидуальный устный (письменный) опрос; выполнение индивидуальных заданий; тестирование</p>