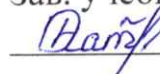


Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Новосибирской области
«Искитимский центр профессионального обучения»

СОГЛАСОВАНО

Зав. учебной частью

 Осокина Н.А.

« 30 » 08 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УВР

ГБПОУ НСО «ИЦПО»

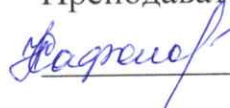
 Солонко Д.А.

« 30 » 08 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
АДАПТАЦИОННОГО ЦИКЛА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
«Психологическая адаптация»
по профессиональной подготовке обучающихся для лиц с
ограниченными возможностями здоровья и инвалидов
по профессии «Рабочий зеленого хозяйства»
2022-2024 уч. г.**

Разработала:

Преподаватель спец. дисциплин


 Сафонова Н.А.

Принято на заседании ПЦК

« 30 » августа 2022 г.

Протокол № 1

Председатель ПЦК:

 Грамотина А.С.

Агролес, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины «Психологическая адаптация».
2. Результаты освоения учебной дисциплины.
3. Структура и содержание учебной дисциплины.
4. Условия реализации программы учебной дисциплины.
5. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Психологическая адаптация».

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Психологическая адаптация»

1.1. Область применения программы

Рабочая программа адаптационного цикла по учебной дисциплине является частью адаптированной основной программы профессионального обучения по профессии «Рабочий зеленого хозяйства» для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов в части освоения следующих видов профессиональной деятельности:

ВПД – *Производственно-технологическая деятельность в области декоративного садоводства.*

Рабочая программа разработана с учетом рабочей программы воспитания и календарным планом воспитательной работы ИЦПО.

1.2. Место дисциплины в структуре адаптированной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в адаптационный цикл.

1.3. Цель программы: создание условий для успешной социально-психологической адаптации и гармоничного развития личности обучающегося.

1.4. Требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен получить необходимые умения:

1. Толерантно воспринимать и правильно оценивать людей;
2. Выбирать эффективные приёмы общения;
3. Находить пути преодоления конфликтных ситуаций;
4. Эффективно взаимодействовать в команде.

5. Привлекать к обсуждению проблем, возникающих при выполнении работ по производству продукции садоводства, профессиональное онлайн-сообщество.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен получить необходимые знания:

1. Методы и способы эффективного общения;
2. Способы предупреждения конфликтов и выхода из конфликтных ситуаций;
3. Правила активного стиля общения и успешной самопрезентации в деловой коммуникации.

1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Сроки реализации программы – 1 год 10 месяцев – 36 часов:

1 год обучения – 18 часов,

2 год обучения – 18 часов.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатами освоения дисциплины адаптационного цикла является успешная социально-психологическая адаптация и гармоничное развитие личности обучающегося с усвоением необходимых знаний и умений

3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Количество часов	Практическая подготовка
Максимальная учебная нагрузка (всего)	36	2
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36	2

3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Психологическая адаптация»

№ темы	Наименование темы	Кол-во часов	Личностные результаты
1 курс 1 семестр – 9 часов			
1	Образ вашего «Я»	1	ЛР 5
2	Оценивание себя	1	ЛР 5
3	Темперамент. Характер. Воля.	1	ЛР 5
4	Мои права и права других людей	1	ЛР 5
5	Обида	1	ЛР 5
6	Умей сказать «нет»	1	ЛР 5
7	Умение принимать решения	1	ЛР 5
8	Конфликт. Причины конфликта	1	ЛР 5
9	Межличностные конфликты	1	ЛР 5
итого	За 1 семестр: 9 часов	9	
1 курс 2 семестр – 9 часов			
1	Стили поведения в конфликте	1	ЛР 5
2	Искусство жить среди людей	1	ЛР 5
3	Привлечение к обсуждению проблем, возникающих при выполнении работ по производству продукции садоводства, профессиональное онлайн-сообщество.	1	ЛР 5
4	Жалость. Злость. Счастье	1	ЛР 5

5	Что такое эмпатия?	1	ЛР 5
6	Мои ценности	1	ЛР 5
7	Моя семья	1	ЛР 5
8	«Трудные дети» и «трудные родители»	1	ЛР 5
9	Итоговое занятие: комплименты	1	ЛР 5
Итого	За 2 семестр: 9 часов	9	
итого	За 1 курс: 18 часов	18	
2 курс – 18 часов 1 семестр – 9 часов			
1 семестр 2 курс – 9 часов			
1	Что такое дружба?	1	ЛР 5
2	Мужчины и женщины	1	ЛР 5
3	«Я- мужчина», «Я- женщина»	1	ЛР 5
4	Чем уверенность отличается от самоуверенности?	1	ЛР 5
5	Какая бывает информация? Вербальная и невербальная информация.	1	ЛР 5
6	Как лучше понять информацию. Как лучше подать информацию?	1	ЛР 5
7	Барьеры на пути информации. Барьеры, которые создаю сам.	1	ЛР 5
8	Владение современными средствами коммуникации, основанными на цифровых технологиях.	1	ЛР 5
9	Итоговое занятие. Подходящий стиль общения	1	
итого	За 1 семестр: 9 часов		
2 курс 2 семестр -9 часов			
1	Доверие в общении	1	ЛР 5
2	Бесконфликтное общение с «трудными людьми»	1	ЛР 5
3	Тренинг положительного эмоционального контакта	1	ЛР 5
4	Безусловно позитивное отношение к окружающим	1	ЛР 5

5	Как сдать экзамены и сохранить здоровье?	1	ЛР 5
6	Физиологические и психологические признаки стресса	1	ЛР 5
7	Экзамены без стресса	1	ЛР 5
8	Как бороться со стрессом?	1	ЛР 5
9	Итоговое занятие. Эмоции и поведение	1	ЛР 5
итого	За 2 семестр: 9 часов	9	
итого	За 2 курс: 18 часов	18	
Всего	За курс обучения: 36 часов	36	

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;

Технические средства обучения:

- ПК с выходом в интернет;
- мультимедиапроектор;
- экран.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Дубровина И.В. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000

2. Микляева А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии. – СПб.: Издательство «речь». 2006

3. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам: 9 – 11 классы. – М.: ВАКО, 2008.

4. Селевко Г.К. Познай себя. М.: народное образование, НИИ школьных технологий, 2006

5. Успенская С. Программа учебного курса для старшеклассников «Культура эмоций». – Школьный психолог №2 2004

6. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников». СПб.: Речь, 2007

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Необходимые умения:	
Толерантно воспринимать и правильно оценивать людей	Выполнение практических работ. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Выбирать эффективные приёмы общения	Анализ выполнения практических заданий. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Находить пути преодоления конфликтных ситуаций	Выполнение практических работ. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Эффективно взаимодействовать в команде	Анализ выполнения практических заданий. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Привлекать к обсуждению проблем, возникающих при выполнении работ по производству продукции садоводства, профессиональное онлайн-сообщество	Выполнение практических работ. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Необходимые знания:	
Методы и способы эффективного общения	Выполнение практических работ. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Способы предупреждения конфликтов и выхода из конфликтных ситуаций	Выполнение практических работ. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
Правила активного стиля общения и успешной самопрезентации в деловой коммуникации.	Выполнение практических работ. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)
	Практические занятия. Проверка выполнения самостоятельной работы (конспекты, выполненные в рабочих тетрадях)

