

Департамент образования и науки Тюменской области  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ТЮМЕНСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТРАНСПОРТНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СЕРВИСА»

СОГЛАСОВАНО

Директором магазина «Маяк»  
ООО «Ритейл сервис 42»

  
Е.В. Журавлева  
«24» апреля 2024 г.

М.П.



УТВЕРЖДАЮ

заместитель директора  
по учебно - производственной  
работе

  
Н.Ф. Борзенко  
«24» апреля 2024 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебная дисциплина ОП.5 Социальная адаптация

по профессиям:

18103 Садовник

12759 Кладовщик

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.05 Социальная адаптация** разработана в соответствии с рабочим учебным планом по профессиям 18103 Садовник, 12759 Кладовщик.

Рассмотрена на заседании ПЦК профессионального цикла логистики и сервиса

протокол № 9 от «24» апреля 2024 г.

Председатель ПЦК  /Зорина И.А./

Организация – разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Разработчик: Федякова Е.Г., преподаватель высшей квалификационной категории ГАПОУ ТО «ТКТТС».

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	10

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1.1 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Рабочая программа учебной дисциплины **ОП.05 Социальная адаптация** является общепрофессиональной образовательной программой и предназначена для выпускников школ, освоивших специальные (коррекционные) программы 8 вида, получивших рекомендации муниципальных (областной) ПМПК для прохождения профессионального обучения по профессиям: **18103 Садовник, 12759 Кладовщик**.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК.

ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06	<ul style="list-style-type: none"><li>- анализировать собственную пригодность к выбранной профессиональной деятельности;</li><li>- определять индивидуальные особенности памяти, внимания восприятия и мышления, использовать различные приемы для их развития;</li><li>- прогнозировать ситуацию межличностного восприятия;</li><li>- организовывать продуктивное взаимодействие;</li><li>- анализировать собственные возможности и ресурсы профессионального становления;</li><li>- применять способы управления эмоциями;</li><li>- применять эффективные способы управления временем;</li><li>- проходить собеседование с реальными работодателями;</li><li>- реализовывать планы собственного профессионального становления по выбранной специальности.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- профессиограмму будущей профессии;</li><li>- понятие мотива и ценности в профессиональной деятельности;</li><li>- закономерности в развитии деятельности;</li><li>- содержание параметров профессии (ее материальные и идеальные объекты, предметы, их свойства, явления, процессы и условия деятельности, профессиональной среды и способы взаимодействия в ней);</li><li>- характеристику познавательной деятельности;</li><li>- цели, функции, виды и уровни общения;</li><li>- навыки личной эффективности;</li><li>- эмоционально-волевые качества личности;</li><li>- механизмы взаимопонимания в общении;</li><li>- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;</li><li>- принципы профессионального лидерства и эффективного самоуправления.</li></ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>32</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>32</b>
в том числе:	
практические занятия	6
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП 05 «Социальная адаптация»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся,	Объем часов	Коды компетенций и личностных результатов, сформированию которых способствует элемент программы
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Раздел 1. Введение</b>		<b>2</b>	
Тема 1.1. Введение в дисциплину	Основные цели и задачи учебной дисциплины. Понятие психологии. Житейская и научная психология.	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
<b>Раздел 2 Этика и культура поведения</b>		<b>6</b>	
Тема 2.1 Общие сведения об этической культуре	Понятия «этика», «мораль». Важнейшие категории этики. Моральные принципы и нормы – совесть, долг, честь, достоинство, скромность, благородство.	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 2.2 Внешний облик человека	Культура внешности. Основные требования к внешнему виду. Правила эlegantности.	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 2.3 Деловая беседа	Этапы деловой беседы. Формы вопросов в процессе беседы. Приемы индивидуальной деловой беседы.	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
<b>Раздел 3. Психологические стороны общения</b>		<b>10</b>	
Тема 3.1 Общение – основа человеческого бытия	Понятие общения. Виды и функции общения. Приемы правильного слушания. Типы собеседников	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 3.2 Роль восприятия в процессе общения	Психологические механизмы восприятия в межличностном и межгрупповом общении	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 3.3 Общение как коммуникация	<b>Практическая работа № 1</b> Тренинг «Мои границы» Вербальные (речевые) и невербальные средства общения	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 3.3 Успех делового общения	Приемы повышения эффективности общения (техники общения). Психологические приемы убеждения и аргументации	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
<b>Раздел 4. Проявление индивидуальных особенностей личности</b>		<b>6</b>	

Тема 4.1. Темперамент	Понятие индивидуальности и личности. Темперамент. Типы темперамента	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 4.2. Характер и воля	Понятие характера. Черты характера (качества личности). Понятие воля. Основные волевые качества (целеустремленность, выдержка, самостоятельность, исполнительность)	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 4.3 Способности, эмоции и чувства	Понятие способности. Понятие эмоций. Виды эмоций (настроение, аффект, страсть и др.). Виды чувств (нравственные, эстетические, интеллектуальные).	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
<b>Раздел 5. Конфликты в общении</b>			
Тема 5.1. Конфликты	Понятие конфликта. Типы конфликта. Роль конфликтогенов в возникновении и развитии конфликта. Формула конфликта.	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
	<b>Практическая работа № 2</b>		
	Отработка навыка бесконфликтного общения	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
Тема 5.2. Стратегия поведения в конфликтных ситуациях	Классификация конфликтов по способу разрешения (конструктивные и деструктивные). Стратегии и правила поведения в конфликтных ситуациях	2	ОК 01, ОК 03 – ОК 06
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	
	<b>Всего:</b>	<b>32</b>	



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

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

Реализация учебной дисциплины проходит в учебном кабинете

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-методический комплект дисциплины;
- комплект учебно-методической документации;
- наглядные пособия;
- раздаточный материал к практическим работам.

Технические средства обучения:

- персональные компьютеры с выходом в Интернет,
- проектор,
- ноутбук,
- музыкальный центр,

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

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

##### **Основные источники**

1. Бороздин Г.В. Психология общения: учебник и практикум для СПО. – М.: Юрайт, 2021 – 463с.
2. Садовская, В. С. Психология общения: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. С. Садовская, В. А. Ремизов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 169 с.

##### **Электронные издания:**

1. Рамендик, Д. М. Психология делового общения: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 196 с. — ISBN 978-5-534-16967-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/532126>
2. Ситников, В. Л. Психология и педагогика командообразования: учебное пособие для спо / В. Л. Ситников, А. В. Комарова, Т. В. Слотина. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 284 с. — ISBN 978-5-507-45716-8. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/282338>
3. Черняева, А. В. Психология делового общения: учебное пособие / А. В. Черняева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Волгоград: Волгоградский ГАУ, 2021. — 124 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/247514>
4. Якуничева, О. Н. Психология общения / О. Н. Якуничева, А. П. Прокофьева. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-507-46668-9. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/314819>

##### **Дополнительные источники:**

1. Жарова М.Н. Психология общения: учеб. для студ. СПО / М. Н. Жарова. — М.: ИЦ «Академия», 2017 (25с)

### **Электронные ресурсы:**

1. Архипова И. Г. Психология делового общения [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов очной и заочной форм обучения факультета экономики Государственного института экономики, финансов, права и технологий (г. Гатчина, Ленинградская обл.), обучающихся по направлению подготовки 43.03.02 Туризм / И. Г. Архипова. – Электрон, текстовые дан. (3,7 Мб). – СПб.: Научные технологии, 2024. – 82 с. Режим доступа: <https://publishing.intelgr.com/archive/Psikhologiya-delovogo-obshcheniya.pdf>, свободный

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

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<b>Знания:</b>		
этические принципы общения	демонстрируют этические принципы общения	<i>Устный опрос</i>
индивидуальные характерологические особенности личности, состояния, намерения	демонстрируют индивидуальные характерологические особенности личности, состояния, намерения	<i>Тестирование</i>
элементарные способы эффективного общения, выбирать средства убеждения, влияния на партнеров по общению	демонстрируют элементарные способы эффективного общения, выбирать средства убеждения, влияния на партнеров по общению	<i>Практическая работа</i>
элементарные способы защиты от негативных, травмирующих переживаний;	демонстрируют элементарные способы защиты от негативных, травмирующих переживаний	<i>Самоанализ ситуации</i>
способы предупреждения и выхода из конфликтных ситуаций;	демонстрируют способы предупреждения и выхода из конфликтных ситуаций	<i>Тестирование</i>
способы саморегуляции поведения; техники самопрезентации.	демонстрируют способы саморегуляции поведения; техники самопрезентации	<i>Практическая работа</i>
<b>Умения:</b>		
толерантно воспринимать и правильно оценивать людей, принимая в расчет их индивидуальные особенности	толерантно воспринимают и правильно оценивают людей, принимая в расчет их индивидуальные особенности	<i>Тренинг</i>
выбирать приемы и техники общения, которые бы приводили к намеченной цели общения	выбирают приемы и техники общения, которые бы приводили к намеченной цели общения	<i>Тренинг</i>
находить пути преодоления конфликтных ситуаций	находят пути преодоления конфликтных ситуаций	<i>Решение простых кейсов</i>
оценивать и действовать с учетом сложившейся ситуации	оценивают и действуют с учетом сложившейся ситуации	<i>Решение простых кейсов</i>



взаимодействовать в команде	взаимодействуют в команде	<i>Практическая работа</i>
ставить задачи профессионального и личностного развития	ставят задачи профессионального и личностного развития	<i>Самоанализ постановка целей по SMART</i>

Результаты обучения	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
Наименование		
1	2	3
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	анализирует способы и варианты решения проблемы; оценивает ожидаемый результата;	Оценивание результаты тестирования по темам, практических занятий № 1,2, дифференцированный зачет
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	формулирует цели и задач предстоящей деятельности; планирует предстоящую деятельность; обосновывает выбор методов и способов выполнения плана; умеет проводить рефлексию (оценивать и анализировать процесс и результат)	Оценивание результаты тестирования по темам, практических занятий № 1,2, дифференцированный зачет
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	координирует свои действия с другими участниками общения; контролирует свое поведение, эмоции и настроение, использует методы воздействовать на партнера общения.	Оценивание результаты тестирования по темам, практических занятий № 1,2, дифференцированный зачет
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста	демонстрирует способность грамотно составлять и излагать устную и письменную коммуникацию.	Оценивание результаты тестирования по темам, практических занятий № 1,2, дифференцированный зачет
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих	демонстрирует гражданско-патриотическую позицию, общечеловеческие ценностей, значимость профессиональной деятельности по специальности, применять	Оценивание результаты тестирования по темам, практических занятий № 1,2, дифференцированный зачет

ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	стандарты антикоррупционного поведения и осознает последствия их нарушений.	
---	---	--