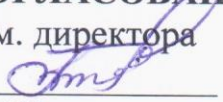


**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«Амвросиевский многопрофильный техникум»**

СОГЛАСОВАНО

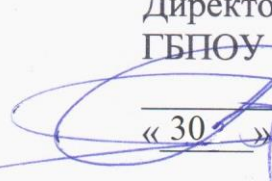
Зам. директора

 Л.Г.Баглай
« 30 » июня 2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБПОУ «Амвросиевский МТ»

 А.Б. Бутко
« 30 » июня 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Профессиональное самоопределение

по профессии 43.01.09 Повар, кондитер

2025г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.12 Профессиональное самоопределение разработана на основе – Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации РФ от 9 декабря 2016 г. N 1569). С изменениями и дополнениями от: 17 декабря 2020 г.

Организация-разработчик: ГБПОУ «Амвросиевский многопрофильный техникум»

Разработчики:

1. Баглай Л.Г. преподаватель профессиональных дисциплин ГБПОУ «Амвросиевский многопрофильный техникум»
2. Серая Татьяна Игоревна, социальный педагог ГБПОУ «Амвросиевский многопрофильный техникум»

Рецензенты:

1. Киселева Татьяна Михайловна, преподаватель, специалист 1 категории ГБПОУ «Шахтерский техникум сферы услуг»
2. Калмыкова Ирина Стефановна, методист ГБПОУ «Амвросиевский многопрофильный техникум»

Одобрена и рекомендована
с целью практического применения
методической комиссией для подготовки
работников для торговли и общ. питания
и сферы услуг

протокол № 11 от «30» июня 2025 г.

Председатель МК _____ Т.Н. Петунина

Рабочая программа переутверждена на 20____ / 20____ учебный год
Протокол № _____ заседания МК от «_____» _____ 20____ г.
В программу внесены дополнения и изменения (см.
Приложение _____, стр. _____)
Председатель МК _____

Рабочая программа переутверждена на 20____ / 20____ учебный год
Протокол № _____ заседания МК от «_____» _____ 20____ г.
В программу внесены дополнения и изменения (см.
Приложение _____, стр. _____)
Председатель МК _____

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Профессиональное самоопределение

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина **ОП.12 Профессиональное самоопределение** относится к общепрофессиональному циклу. Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих (ППКРС), разработана в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер утвержденного приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 09 июня 2020 г. № 88-НП. Изменений, которые вносятся в государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования. Приказ Минпросвещения России № 464 от 03.07.2024г, зарегистрированный Министерством юстиции рег.№ 79088 от 09.08.2024 г..

Дисциплина имеет ярко выраженный практико-ориентированный характер. Профессиональные и общие компетенции, формирующиеся и совершенствующиеся в результате освоения дисциплины, необходимы при изучении профессиональных модулей и дальнейшего использования в профессиональной деятельности.

В рабочую учебную программу дисциплины входят:

- пояснительная записка,
- паспорт рабочей программы дисциплины,
- структура и содержание учебной дисциплины,
- условия реализации программы дисциплины,
- контроль и оценка результатов освоения дисциплины.

1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цели:

- формирование у обучающихся общих представлений о психологии личности и профессиональном самоопределении;
- приобретение обучающимися теоретических знаний и практических навыков в области психологии и этики профессиональных отношений;
- подготовка обучающихся к использованию приобретенных ими навыков в будущей трудовой деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающий должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

Код ОК	Умения	Знания
ОК1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес. ОК2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность	-формировать познавательную деятельность; -формировать профессиональные способности и черты характера; -формировать коммуникативную культуру;	— понятие психологии, психики; — психические процессы и свойства личности; — понятия этики и этикета; — основные этические категории; — основные принципы делового общения и делового этикета; — правила

и качество. ОК3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность. ОК4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития. ОК5.Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности. ОК6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями. ОК7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий. ОК8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	-разрешать конфликтные ситуации.	профессионального общения; – структуру общения; – основные способы воздействия в общении; – барьеры общения и способы их устранения; – основы вербального и невербального общения; - основные формы делового общения; - приемы рефлексивного и нерефлексивного слушания.
---	---	--

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать личностными результатами:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан Донецкой Народной Республики. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и диванным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение	ЛР 3

окружающих	
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, занятия физической культурой и спортом; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в сложных и/или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности¹ (при наличии)	
Соблюдающий в своей профессиональной деятельности этические принципы: честности, независимости, профессионального скептицизма, противодействия коррупции и экстремизму, обладающий системным мышлением и умением принимать решение в условиях риска и неопределенности	ЛР 13
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно-мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость	ЛР 14
Открытый к текущим и перспективным изменениям в мире труда и профессий	ЛР 15

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Профессиональное самоопределение

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	32
в том числе:	
теоретическое обучение	23
лабораторные занятия	-
практические занятия	9

самостоятельная работа	-
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	1

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.12 Профессиональное самоопределение

<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся</i>	<i>Объем в часах</i>	<i>Осваиваемые элементы компетенций</i>
1	2	3	4
Тема 1.	Содержание учебного материала		
Основные положения и ключевые понятия становления личности. Стадии профессионального становления личности	1.Ключевое понятие личности. Факторы, движущие силы и стадии профессионального становления личности. 2. Практическое занятие № 1 Понятия индивид, индивидуальность, личность.	2	ОК 1-ОК8, ЛР3
Тема 2.	Содержание учебного материала	3	ОК 1-ОК8, ЛР3, ЛР9,
Понятие «профессия». Классификация современных профессий	3.Подходы к понятию профессии. Классификация профессий. Психологическая структура профессиональной деятельности. 4.Сущность профессионального самоопределения. Технологию выбора профессии. 5. Практическое занятие № 2 Актуальные профессии и профессии будущего.		
Тема 3.	Содержание учебного материала	3	ОК 1-ОК8, ЛР13,ЛР14 ЛР15
Содержание и структура профессиограммы	6.Метод профессиографии. Профессиографии и их виды. Содержание и структура профессиографии. Знакомство с профессиографиями различных профессий. 7.Темперамент, характер и направленность личности. Задатки и способности личности. 8. Практическое занятие № 3 Самодиагностика темперамента: тест Айзенка		
Тема 4.	Содержание учебного материала	5	ОК 1-ОК8, ЛР13,ЛР14, ЛР15
Сущность профессионального самоопределения личности	9. Понятие «профессиональное самоопределение личности». 10. Факторы профессионального самоопределения личности. 11.Сущность и результаты профессионального самоопределения личности.		

	12.Психологические «пространства» самоопределения личности. 13.Практическое занятие № 4 Тест для выявления готовности к профессиональному самоопределению.		
Тема 5. Профессиональное самоопределение на различных стадиях развития личности	Содержание учебного материала	3	ЛР3, ЛР9, ЛР13, ЛР14, ЛР15
	14.Особенности профессионального самоопределения. Подростковый возраст:учебно-профессиональные намерения и профориентированные мечты. 15.Учебно-профессиональное самоопределение в юности. 16.Практическое занятие № 5 Самодиагностика профессиональной ориентации: опросник Е.А. Климова		
Тема 6. Этапы и кризисы профессионального самоопределения	Содержание учебного материала	3	ОК 1-ОК8 ЛР3, ЛР9, ЛР13, ЛР14, ЛР15
	17.Основная проблема кризисов самоопределения личности. Виды противоречий в ходе развития субъектов профессионального самоопределения. 18.Психологические особенности кризисов профессионального самоопределения личности. 19.Практическое занятие № 6 Самодиагностика: оценка готовности к профессиональному самоопределению		
Тема 7. Методы диагностики профессионального самоопределения	Содержание учебного материала	2	ОК 1-ОК8, ЛР3, , ЛР13, ЛР14, ЛР15
	20.Активные методы профессионального самоопределения. Построение профессиональной перспективы. 21.Практическое занятие № 7 Самопрезентация. Составление резюме		
Тема 8. Ценностно-смысловое значение профессионального самоопределения	Содержание учебного материала	5	ОК 1-ОК8, ЛР3, ЛР9, ЛР13, ЛР14, ЛР15
	22.Условия личностной самореализации. Понятие и сформированность представлений о себе. Компетентность. 23.Кризисы и конфликты в жизни человека, способы их разрешения. 24.Практическое занятие № 8 Самодиагностика характера: тест Леонгарда-Шмишека 25. Конструктивное преодоление личностных конфликтов и кризисов. 26.Стадии профессионального становления.		
Тема 9.	Содержание учебного материала	5	ОК-ОК8,

Профессиональное самоопределение. Особенности юношеского периода	27.Профессиональное обучение – профессиональная подготовка. 28.Практическое занятие № 9 <i>Анализ данных современного рынка труда</i> 29.Профессиональная адаптация. 30.Оптимальный уровень профессиональной активности. 31.Профессиональное мастерство..		ЛР9, ЛР13, ЛР14, ЛР15
<i>Дифференцированный зачет</i>		1	
<i>Всего</i>		32	

Для характеристики уровня усвоения учебного материала использованы следующие обозначения:

1. Ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств).
2. Репродуктивный (воспроизведение действий по образцу, инструкции).
3. Продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение действий, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.12 Профессиональное самоопределение

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета: посадочных мест - 25; рабочее место преподавателя – 1.

Оборудование для проведения занятий: столы, стулья (по числу обучающихся), шкафы для хранения муляжей (инвентаря), раздаточного дидактического материала и др.; технические средства - компьютер, средства аудиовизуализации, мультимедийный проектор; наглядные пособия.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

1. Барышева А. Д. Этика и психология делового общения (сфера сервиса): Учебное пособие / Барышева А.Д., Матюхина Ю.А., Шередер Н.Г. - М.: Альфа-М, НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 256 с.
2. Гуревич П. С. Психология / Гуревич П.С. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 320 с.
3. Кошечая И. П. Профессиональная этика и психология делового общения: Учебное пособие / И.П. Кошечая, А.А. Канке. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 304 с.
4. Лавриненко В. Н. Психология и этика делового общения / Лавриненко В.Н., - 5-е изд. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 415 с.
5. Семенов А. К. Психология и этика менеджмента и бизнеса: Учебное пособие / Семенов А.К., Маслова Е.Л. - М.: Дашков и К, 2016. - 276 с.

Дополнительные источники:

1. Бакирова Г. Х. Психология развития и мотивации персонала: Учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Психология", "Менеджмент организации", "Управление персоналом" / Бакирова Г.Х. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. - 439 с.
2. Борисов В. К. Этика деловых отношений: Учебник / В.К. Борисов, Е.М. Панина, М.И. Панов и др. - М.: ИД ФОРУМ: ИНФРА-М, 2010. - 176 с.
3. Кибанов А. Я. Этика деловых отношений: Учебник / А.Я. Кибанов, Д.К. Захаров и др.; Под ред. А.Я. Кибанова; ГУУ - 2-е изд., испр. и доп. - М.: НИЦ Инфра-М, 2012. - 424 с.

Интернет-источники:

1. Электронная библиотека «ЗНАНИУМ».[Электронный ресурс]. - Режим доступа: znanium.com.
2. Научная электронная библиотека. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: elibrary.ru

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, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения: - применять в профессиональной деятельности приемы делового и управленческого общения; - применять рекомендации современной психологической науки по повышению эффективности межличностного и группового взаимодействия. - осуществлять самодиагностику личностных свойств и качеств - соблюдать этические нормы поведения.	- тестовый контроль; -оценка результатов выполнения практических заданий.
Знания: - психологические свойства личности, их роль в профессиональной деятельности; - психологию труда и профессиональной деятельности; - основные понятия психологии, психологических процессов и состояний, психологические свойства человека; - психологию делового общения; - этику и этикет профессиональной деятельности. - основы профессиональной этики	-на практических занятиях (при решении ситуационных задач, при подготовке и участии в семинарах, при подготовке рефератов, докладов и т.д.);

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	-участие в работе научно-студенческих обществ; -выступления на научно-практических конференциях;	Наблюдение за отношением к выбранной профессии, к учебно-познавательной деятельности. Наблюдение за поведением в урочное и внеурочное время.

		Портфолио обучающегося.
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	- выбор и применение методов и способов решения профессиональных задач, оценка их эффективности и качества.	Наблюдение за отношением к выбранной профессии, к учебно-познавательной деятельности. Наблюдение за умением спланировать и организовать свой рабочий день
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	- анализ профессиональных ситуаций; -решение стандартных и нестандартных профессиональных задач.	Наблюдение за учебно-познавательной и практической деятельностью обучающихся
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	-эффективный поиск необходимой информации; -использование различных источников, включая электронные, при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики.	Наблюдение за учебно-познавательной и практической деятельностью обучающихся
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	Использование в учебной и профессиональной деятельности различных видов программного обеспечения, в том числе специального, при оформлении и презентации всех видов работ.	Наблюдение за учебно-познавательной и практической деятельностью обучающихся; портфолио обучающегося
ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	взаимодействие: - с обучающимися при проведении деловых игр, выполнении коллективных заданий (проектов), - с преподавателем в ходе обучения. Проявление толерантности в рабочем коллективе	Наблюдение за учебно-познавательной и практической деятельностью обучающихся
ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	-самоанализ и коррекция результатов собственной деятельности при выполнении коллективных заданий (проектов);	Наблюдение за отношением к выбранной профессии, к учебно-познавательной

	-ответственность за результат выполнения заданий.	деятельности. Наблюдение за поведением в урочное и внеурочное время. Портфолио обучающегося.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	- планирование и качественное выполнение заданий для самостоятельной работы при изучении теоретического материала и прохождении различных этапов производственной практики; - определение этапов и содержания работы по реализации самообразования.	Наблюдение за отношением к выбранной профессии, к учебно-познавательной деятельности. Наблюдение за умением спланировать и организовать свой рабочий день

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся личностные результаты:

ЛР.3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан Донецкой Народной Республики. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	Соблюдает нормы правопорядка, следует идеалам гражданского общества.	Экспертное наблюдение
ЛР.9.Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, занятия физической культурой и спортом; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в сложных и/или стремительно меняющихся ситуациях	Проявляет ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровой окружающей среде.	Экспертное наблюдение

ЛР.13. Выполняющий профессиональные навыки в парикмахерском деле	Активно применяет полученные знания на практике, умеет планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	Экспертное наблюдение
ЛР.14. Готовность обучающегося соответствовать ожиданиям работодателей; ответственный специалист, дисциплинированный, трудолюбивый, нацеленный на достижение поставленных задач, эффективно взаимодействующий с членами команды	Старается соответствовать ожиданиям работодателей. Осуществляет поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	Экспертное наблюдение
ЛР.15. Соблюдающий в своей деятельности этические принципы честности, открытости, противодействия коррупции и экстремизму, уважительного отношения к результатам собственного и чужого труда	Соблюдает принципы честности, открытости, уважительного отношения к результатам собственного и чужого труда	Экспертное наблюдение