



Digitally signed by
Носырева Галина
Александровна
DN: OU=ГБПОУ МО "Сергиево-Посадский колледж",
CN=Носырева Галина Александровна, E=mo_spkolledzh@mosreg.ru
Reason: Я утверждаю данный документ
Location: Сергиев Посад
Date: 2026-03-30 11:55:25

**Министерство образования Московской области
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Московской области
«Сергиево-Посадский колледж»**

Приложение 4-3

Утверждена приказом директора
ГБПОУ МО «Сергиево-Посадский
колледж»
№ 168-ОС от 17 июня 2025 г.

ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**АЦ.03 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ
ЗНАНИЙ**

**г. Сергиев Посад
2025 год**

РАССМОТРЕНО

на заседании ЦК на заседании ЦК
профессий и специальностей
сферы общественного питания и
швейных технологий

Протокол № 9__

«16» мая 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УМР

«17» июня 2025 г.

Программа разработана на основе:

- адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки по профессии рабочего **16675 «Повар»**;
- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.11.1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.04.2013 г. № 292);
- Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 января 2014 г. № 2);
- Установленных квалификационных требований, профессионального стандарта Повар утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от «09» марта 2022г. № 113н;
- Требований к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса (письмо Департамента подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации 18 марта 2014 г. № 06-281).

Организация-разработчик:

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Московской области «Сергиево-Посадский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АЦ 03. СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины АЦ 03 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний является частью Адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки по профессии 16675 Повар, для лиц с ограниченными возможностями здоровья (с умственной отсталостью), не имеющих основного общего или среднего общего образования в соответствии с квалификационными характеристиками рабочих, занятых на предприятиях швейной промышленности по профессии Повар.

1.2. Место дисциплины АЦ 03 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний в структуре адаптированной образовательной программе

Учебная дисциплина АЦ 03 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний относится к Адаптационному циклу

1.3. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины АЦ 03 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся инвалид или обучающийся с ограниченными возможностями здоровья должен **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.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся инвалид или обучающийся с ограниченными возможностями здоровья должен **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.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины АЦ 03 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний:

Максимальная учебная нагрузка (всего) – 34 час, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся – 34 часа; самостоятельная работа обучающихся - 0 часов.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ АЦ 03
СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНОПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ**

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	34
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	34
в том числе:	
практические занятия	16
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	0
Форма промежуточной аттестации <i>дифференцированный зачет</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета АЦ 03 Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Введение	Цель, задачи, содержание учебной дисциплины		1	
Тема 1. Психология профессиональной деятельности. Сущность профессионального самоопределения	Содержание учебного материала		1	
	1	Основные признаки профессиональной деятельности. Понятие «профессиональное самоопределение личности». Факторы профессионального определения личности. Сущность и результат профессионального самоопределения личности.		1
	Практические занятия		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
	Подготовить сообщение Профессиональная деятельность человека			
Тема 2. Проблемы выбора. Профессиональная непригодность	Содержание учебного материала			
	1	Классификация профессий. Формула профессии. Профессиограмма. Понятие профпригодность, профессионально важные качества. Способности и профпригодность	2	1-3
	Практические занятия			
	1 Изучение профессиограмм различных профессий или Решение ситуационных задач по теме		3	
	Самостоятельная работа обучающихся		-	
	Составить формулу своей будущей профессии, профессиограмму, выбранной вами профессии.			
Тема 3. Технология выбора профессии. Правильные ориентиры	Содержание учебного материала			
	Правила выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Возможности личности в профессиональной деятельности.		1	1-3
	Практические занятия		4	
	3. Определение степени выраженности интересов к разным группам (типам) профессий «Дифференциально-диагностический опросник» (Е.Н.Климов).		2	

	4. Выявление отношения к различным видам деятельности. «Опросник профессиональных предпочтений» (методика Голланда)	1	
	5. Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов»	1	
	6. Решение ситуационных задач по теме	1	
	Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии		
Тема 4. Профессия, специальность, специализация. Основные классификации профессий	Содержание учебного материала		
	Общее представление о профессии, специальности, специализации. Классификация видов труда. Классификация профессий.	1	1 -3
	Практические занятия		
	Составление таблицы «Классификации профессий»	3	
Тема 5. Личностные регуляторы выбора профессии. Понятие о личности, ее структуре	Содержание учебного материала		
	Личность. Общее представление о личности. Структура личности. Личность и профессия.	1	1-3
	Правила выбора профессии.		
	Практические занятия		
	8 Определение профессионального типа личности (Тест Дж.Голланда (Дж.Холланда))	3	
	9 Определение ведущих мотивов деятельности. Методика «Мотивы выбора профессии»		
	10 Решение ситуационных задач по теме 5		
Тема 6. Психические процессы и волевая регуляция человека	Содержание учебного материала		
	Психические процессы. Общая характеристика психических процессов. Понятие о воле. Развитие воли у человека.	1	1 -3
	Волевые качества личности в профессиональной деятельности. Волевая регуляция поведения		
	Практические занятия		
Тема 7. Характер, темперамент	Содержание учебного материала		

и направленность личности	1 Природные свойства нервной системы в профессиональной деятельности. Понятие темперамента. Психологическая характеристика типов темперамента. Свойства темперамента. Темперамент и индивидуальный стиль деятельности..	1	1 - 3
	2 Характер. Типология характеров. Формирование характера. Характер и его проявления в деятельности		
	Практические занятия	4	
	11 Определение типа темперамента «Личностный опросник» (тест Айзенка)		
	12 Проведение индивидуального самоанализа «Мои черты характера» (Самодиагностика)		
	13 Определение стиля поведения в конфликтной ситуации. Методика «Стратегии поведения личности в конфликтной ситуации» (тест К.Томаса)		
	14 Опросник структуры темперамента по В.Русалову		
Тема 8. Познание задатков и способностей	Содержание учебного материала		
	1 Способности, задатки и индивидуальные различия людей. Развитие способностей. Общие и специальные способности. Деятельность как важнейшее условие проявления и развития и развития способностей.	1	1 -3
	Практические занятия	6	

Тема 10. Профессиональное самоопределение на разных стадиях возрастного развития человека. Особенности юношеского периода	Содержание учебного материала			
	1	Основные подходы к определению понятия «профессиональное самоопределение». Особенности профессионального самоопределения на разных этапах развития личности. Области самоопределения человека: самоопределение профессиональное (кем быть), самоопределение личностное (каким быть), самоопределение социальное (с кем быть)	1	1 - 3
	Практические занятия			
	20 Определение уровня самооценки и притязаний личности		2	
	21 Решение ситуационных задач по теме 10			
	Составить кроссворд по основным понятиям курса (10 понятий по горизонтали, 10 понятий по вертикали)			
	Дифференцированный зачет			
ИТОГО:			34	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ АЦ.01 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета *«Общепрофессиональных дисциплин»*, оснащенного оборудованием:

- рабочие места преподавателя и обучающихся (столы, стулья);
- мобильное автоматизированное рабочее место преподавателя;
- персональный компьютер;
- мультимедийный проектор;
- акустическая система.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Шеламова, Г. М. Деловая культура и психология общения: учебник для сред. проф. образования. -13-е изд., стер -М.: Академия, 2018 -192 с **Дополнительные источники:**

1. Демидова, Г.В. Управленческая психология: учеб, пособие для студ. сред. учеб, заведений -М.: Академия, 2009.-176 с
2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. - М.: Академия, 2015
3. Сухов, А.Н. Социальная психология: учеб, пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. -12-е изд., стер. - М.: Академия, 2015.-240 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://psychology.ru>
2. <http://vsetesti.ru>
3. www.azps.ru,
4. www.proforientator.ru,
5. www.psimaster.ru
6. Компьютерная программа «Профессиография» <http://psyberiaru/sofi/professio>.
7. Списки профессий с описанием: www.profigrama.ru, prof.labor.ru www.rabota-enlsev.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ АЦ.03 СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

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
1	2
Умения:	Формы контроля обучения:
- Использовать нормы позитивного социального поведения; - использовать свои права адекватно законодательству; - обращаться в надлежащие органы за квалифицированной помощью; - анализировать и осознанно применять нормы закона с точки зрения конкретных условий их реализации; - составлять необходимые заявительные документы; - использовать приобретенные знания и умения в различных жизненных ситуациях.	Оценка результатов выполнения практической работы. Оценка в рамках текущего контроля результатов выполнения индивидуальных контрольных заданий. Оценка результатов выполнения самостоятельной работы
Знания:	Методы оценки результатов обучения:
- использовать нормы позитивного социального поведения; - использовать свои права адекватно законодательству; - обращаться в надлежащие органы за квалифицированной помощью; - анализировать и осознанно применять нормы закона с точки зрения конкретных условий их реализации; - составлять необходимые заявительные документы; - составлять резюме, осуществлять самопрезентацию при трудоустройстве; - использовать приобретенные знания и умения в различных жизненных и профессиональных ситуациях; - функции органов труда и занятости населения.	Тестирование. Оценка за устный индивидуальный опрос.