**Аннотация рабочей программы учебной дисциплины**

|  |
| --- |
| Психология саморегуляции и профессиональная адаптация |

*наименование дисциплины*

**1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Учебная дисциплина «Психология саморегуляции и профессиональная адаптация» принадлежит к общепрофессиональному циклу.

Дисциплина введена за счет часов вариативной части с целью расширения основного вида деятельности выпускника в соответствии с запросами регионального рынка труда.

**1.2****. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| КодПК, ОК | Умения | Знания |
| ОК 01ОК 02ОК 03ОК 04 ОК 05ОК 06ЛР4,7,11,13 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно кразличным контекстам.Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой длявыполнения задач профессиональной деятельности.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами,руководством, клиентами.Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке сучетом особенностей социального и культурного контекста.Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандартыантикоррупционного поведения. | Виды психических состояний личностиреакции человека на стрессовые ситуации;Особенности психологического стрессаметоды саморегуляции поведения и психических состояний;Стратегии совладающего поведения;Психологические механизмы адаптации человека к профессиональной деятельности;Этические принципы общения с людьми с ОВЗ;Принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса. |

**1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины**

Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем 38 часов, в том числе:

- 38 часов вариативной части, направленных на усиление обязательной части программы учебной дисциплины.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной деятельности** | **Объем часов** |
| **Объем образовательной программы** | 42 |
| **Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем** | 42 |
| в том числе: |
| - теоретическое обучение | 20 |
| - лабораторные работы (если предусмотрено) | - |
| - практические занятия (если предусмотрено) | 16 |
| - курсовая работа (проект) (если предусмотрено) | - |
| - самостоятельная работа | 4 |
| - промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)  | 2 |

**6. Содержание дисциплины**

Тема 1. Личность и окружающая среда. Топологические особенности человека.

Тема 2. Психические состояния

Тема 3. Стресс

Тема 4. Механизмы психологической защиты

Тема 5. Саморегуляция поведения. Эмоции в профессиональной деятельности

Тема 6. Профессиональная адаптация

Тема 7. Этика общения с ограниченными возможностью здоровья

Тема 8. Профессиональное здоровье