

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО СВЯЗИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт – Петербургский государственный университет телекоммуникаций
им. проф. М.А. Бонч-Бруевича»
Санкт-Петербургский колледж телекоммуникаций

УТВЕРЖДАЮ

ПЕРВЫЙ ПРОРЕКТОР-
ПРОРЕКТОР ПО УЧЕБНОЙ РАБОТЕ

Г.М. МАШКОВ

_____ “ ” _____ 2017 г.
Регистрационный номер № _____ / _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПСИХОЛОГИЯ

(наименование дисциплины)

программа подготовки специалистов среднего звена

11.02.11 Сети связи и системы коммутации
(код и наименование специальности)

квалификация Техник

Санкт- Петербург
2017

Рабочая программа составлена с учетом требований ФГОС среднего общего образования, ФГОС среднего профессионального образования, учебным планом программы подготовки специалистов среднего звена (индекс – УД.01) среднего профессионального образования по специальности 11.02.11 Сети связи и системы коммутации утвержденным ректором ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций им. проф. М.А. Бонч-Бруевича» 27 апреля 2017 г., протокол № 4.

Составитель:

Преподаватель: _____ И.Э. Рязанова
(подпись)

СОГЛАСОВАНО

Главный специалист НТБ УИОР _____ Р.Х. Ахтреева
(подпись)

ОБСУЖДЕНО

на заседании цикловой комиссии № 1 (общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин)

15 марта 2017 г., протокол № 7

Председатель цикловой (предметной) комиссии: _____ И.В. Аникина
(подпись)

ОДОБРЕНО

Методическим советом Санкт-Петербургского колледжа телекоммуникаций
«29» марта 2017 г. Протокол № 4

И.о. зам. директора по УР колледжа СПб ГУТ

_____ О. В. Колбанёва
(подпись)

СОГЛАСОВАНО

И.о. директора колледжа СПб ГУТ

_____ Т. Н. Сиротская
(подпись)

СОГЛАСОВАНО

Начальник учебно-методического управления

_____ В. И. Аверченков
(подпись)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 11.02.11 Сети связи и системы коммутации.

В программу включено содержание, направленное на формирование у студентов компетенций, необходимых для качественного освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования; программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

Она является единой для всех форм обучения. Рабочая программа служит основой для разработки тематического плана и контрольно-оценочных средств (КОС) учебной дисциплины образовательным учреждением.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в цикл общеобразовательных учебных дисциплин. Освоение дисциплины «Психология» способствует формированию у студентов профессиональных компетенций по специальности 11.02.11 Сети связи и системы коммутации.

Одновременно с профессиональными компетенциями у студентов, обучающихся по дисциплине «Психология» создаются предпосылки для формирования общих компетенций: понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес; организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность; осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития; использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности; работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями; брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий; самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Основными целями изучения программы «Психология» являются:

- **формирование** психологической культуры, социально-психологической активности, внутренней убежденности в необходимости получения психологических знаний, познание самих себя, человеческих взаимоотношений; общекультурной компетентности — уровень психологической образованности, достаточный для самообразования в области психологии, ориентации в ее понятийном пространстве, определение своих позиций, умения принимать правильные решения в любой сложной жизненной ситуации.

- **воспитание** гражданской ответственности и чувства собственного достоинства; дисциплинированности, уважения к правам и свободам другого человека;

- **освоение знаний** об основных законах психологии; предполагает овладение методами исследовательской деятельности, изучение теоретических работ ведущих психологов прошлого и современности; закономерности формирования и психического развития личности; основные компоненты психологической структуры личности; место и значение познавательной, потребностно-мотивационной, эмоционально-волевой сфер, а также характера, способностей и

самосознания в структуре личности и деятельности; основные закономерности и виды человеческой деятельности; закономерности общения и взаимоотношений людей

• **овладение умениями**, необходимыми для применения освоенных знаний и способов деятельности с целью овладение элементарными приемами психической саморегуляции, психологической помощи, а также подготовкой к семейной жизни, воспитанию детей; умениями находить ответы на сложные (проблемные) психологические вопросы, находить оптимальный выход из конфликтных ситуаций; умением создавать психологический портрет личности и другими психологическими навыками и умениями; правильно ориентироваться в психологии окружающих людей; владеть приемами самоуправления и саморегуляции, позволяющими в максимальной степени реализовывать свой личностный потенциал; анализировать психологические ситуации и находить способы их разрешения; давать психологическую характеристику конкретной личности; устанавливать деловые и межличностные контакты и строить оптимальные взаимоотношения с другими людьми.

В результате освоения учебной дисциплины студент **должен:**

иметь представление о понятиях и категориях:

• психология; предмет психологии; структура психологии (общая, возрастная и т.д.); психодиагностика; методы психологии; интеллектуальная сфера поведения; сознание; биологические основы личности (ощущение, восприятие), типы восприятий; право/левополушарное развитие; темперамент, типы темпераментов; экстравертированность интровертированность; основные нервные процессы (возбуждение и торможение); познавательные процессы; ощущение, восприятие, представление как познавательные процессы; память; типы памяти; виды памяти; мышление; сравнение, обобщение, классификация, анализ/синтез; воображение; внимание; наблюдательность; эмоции, виды эмоций; чувства, виды чувств; личность; возрастная периодизация развития человека; потребности; интересы; мировоззрение; способности, характер; акцентуации характера; воля, волевые свойства личности; психическая саморегуляция; общение; речь; неречевые средства коммуникации; жестикация; мимика, пантомимика.

знать:

- предмет психологии, историю развития и отрасли психологии;
- познавательные процессы и способности: внимание, память, мышление. Способности и факторы, влияющие на них;
- понятие личности как единство социального и биологического;
- темперамента как биологическая основа личности;
- понятие самосознание, «Я – Концепция»;
- понятие эмоции и чувства.

уметь:

- приводить примеры: потребностей, интересов, мировоззрения, черт характеров, видов познавательных процессов;
- описывать: методы исследовательской деятельности, приемы психической саморегуляции, психологической помощи;
- объяснять: психологический портрет личности Основу рабочей программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования базового уровня.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося **58 часов**,
 в том числе:
 обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося **39 часов**;
 самостоятельная работа обучающегося **19 часов**.

Виды внеаудиторной работы:

- выполнение домашних заданий;
- изучение материалов лекций, по которым осуществляется рубежный контроль;
- подготовка рефератов, докладов, исследовательских работ;
- выполнение индивидуальных заданий;
- оформление отчетов по практическим занятиям.

Для проверки знаний студентов по окончании изучения тем осуществляется рубежный контроль. Итоговая форма контроля **дифференцированный зачет**.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. ОБЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	58
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	39
в том числе:	
практические занятия	8
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	19
Итоговая аттестация: дифференцированный зачет	

2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование разделов и тем	Количество часов при очной форме обучения	
	теория	Практические занятия
Введение	2	
Раздел 1. Познавательные процессы и способности	12	
Тема 1.1. Внимание. Память. Мышление	8	2
Тема 1.2. Способности. Интеллект	4	
Раздел 2. Личность	19	
Тема 2.1. Личность как единство социального и биологического	3	2
Тема 2.2. Темперамент как биологическая основа личности	6	2
Тема 2.3. Самосознание. «Я – Концепция».	6	2

Тема 2.4. Эмоции и чувства	4	
Раздел 3. Саморегуляция	6	
Тема: 3.1 Пути выработки адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях	6	
Итого:	39	8

2.3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Введение

Предмет психологии. История развития и отрасли.

Раздел 1. Познавательные процессы и способности

Тема 1.1 Внимание. Память. Мышление

Познавательные процессы. Виды, структура, механизмы такого познавательного процесса, как внимание. Приёмы развития внимания. Формирование навыков регуляции произвольного внимания.

Память – один из важнейших психических процессов. Виды памяти и механизмы запоминания. Выявление индивидуальных особенностей памяти. Освоение некоторых приёмов мнемотехники.

Понятие мышление. Процессы и операции мышления. Приёмы развития логического мышления.

Тема 1.2. Способности. Интеллект

Представление о способностях. Факторы, влияющие на развитие способностей. Понятие «интеллект». Понятие «когнитивные стили». Способы измерения интеллекта. Факторы, влияющие на развитие интеллекта. Творческие способности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом.

Раздел 2. Личность

Тема 2.1. Личность как единство социального и биологического начал

Понятие «личность». Пути формирования личности. Важность ценностей, целей, иерархии мотивов в становлении личности. Структура личности через образ древа личности; прародительский генофонд, генотипические свойства родителей, психические свойства характера, формирующиеся в процессе развития и определяемые взаимодействием с близкими людьми, сфера интересов, социальной активности и морально; нравственных устоев личности.

Тема 2.2. Темперамент – биологическая основа личности

Понятие «темперамент». Психодинамические основы личности. Характерные особенности четырёх типов темперамента. Развитие навыков самоанализа с помощью определения своего типа нервной системы и темперамента. Особенности и преимущества каждого из типов темперамента. Проявление качеств личности в зависимости от темперамента. Формирование навыков анализа особенностей поведения людей в зависимости от индивидуально; типических свойств.

Тема 2.3. Самосознание. Я – концепция

Самосознание, как высший уровень развития человеческой психики. Структура самосознания. Функции самосознания. «Я_концепция»; представление человека о самом себе. «Я;концепция», как важный фактор, влияющий на поведение человека в ситуациях выбора, контактах с людьми и определяющий направление деятельности индивида. Структура «Я;концепции»: самопонимание, как когнитивная составляющая; самооценка, оценочная составляющая; поведенческая составляющая. Самоконтроль и способность к нему.

Тема 2.4. Эмоции и чувства

Роль чувств в жизни человека. Эмоциональная сфера личности. Эмоции. Виды эмоций. Связь эмоций с психическими процессами (ощущением, вниманием, памятью, мышлением). Чувства. Аффекты. Настроения. Важность эмоциональной регуляции деятельности человека. Развитие навыков идентификации эмоционального состояния других людей по невербальным признакам, проявляющимся в поведении. Экология любви. Ответственное отношение к чувствам других людей. Оптимистическая модель любви. Пессимистическая модель любви. Сложности в отношениях.

Раздел 3. Саморегуляция

Тема 3.1: Пути выработки адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях.

Понятие «Стресс». Причины стресса. Влияние стресса и дистресса на организм и психику человека. Фазы развития стресса – реакция тревоги, фаза сопротивления, фаза истощения. Способы реагирования на стресс.

Цель в жизни, как фактор сохранения душевного равновесия. Психическая саморегуляция. Методы саморегуляции – аутогенная тренировка, мышечная релаксация, самовнушение, ресурсные состояния.

Профилактическое знакомство с психоактивными веществами, влияющими на психику человека. Информация о вредном влиянии данных веществ и последствиях применения их. Формирование умения сказать «Нет» на предложения использовать ПАВ. Пути и способы отказа от сформировавшихся вредных привычек.

№ практического занятия	Название практического занятия	№ темы	Кол. часов
1	Внимание.	1.1	2
2	Память. Мышление	2.1	2
3	Темперамент	2.2	2
4	Самосознание	2.3	2
Итого:			8

**2.4.
ПЕ
РЕ
ЧЕ
НЬ
ПР
АК
ТИ
ЧЕ**

СКИХ ЗАНЯТИЙ

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы требует наличие учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся.
- рабочее место преподавателя,
- печатные/электронные демонстрационные пособия.

Технические средства обучения:

- компьютер, лицензионное программное обеспечение;
- мультимедийный проектор;
- мультимедийные средства.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература:

1. Ефимова, Н.С. Основы общей психологии: учебник для студ. учреждений СПО. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2017.

2. Ефимова, Н.С. Социальная психология: учебное пособие для студ. учреждений СПО. - М.: ФОРУМ: Инфра-М, 2017.
3. Кошечкина, И.П. Профессиональная этика и психология делового общения: учебное пособие для студ. учреждений СПО/ И.П. Кошечкина, А.А. Канке. - М.: ФОРУМ: Инфра-М, 2016.

Дополнительная литература:

1. Богачкина, Н.А. Психология: учебное пособие для студ. учреждений СПО. - Саратов: Научная книга, 2012.
2. Ефимова, Н.С. Психология общения: практикум по психологии: учебное пособие для студ. учреждений СПО. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2014.
3. Ефимова, Н.С. Основы психологической безопасности: учебное пособие. - М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2017.
4. Пахальян, В.Э. Практическая психология. Введение. - Саратов: Вузовское образование, 2015.

Интернет-ресурсы:

1. Psychology. Ru: Психология на русском языке [Электронный ресурс]: образовательный портал. - Режим доступа: <http://www.psychology.ru/>, свободный
2. А.Я. Психология [Электронный ресурс]: образовательный сайт. – Режим доступа: <http://azps.ru/>, свободный.
3. Гусарова, Н.Ф. Возрастная психология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://de.ifmo.ru/--books/0050/>, свободный.
4. Кураев Г.А. Психология человека [Электронный ресурс]: курс лекций /Г.А.Кураев, Е.Н.Пожарская. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/resource/122/28122>, свободный.
5. Кучеренко, Н.Л. Психология общения [Электронный ресурс]. – М.: Интернет-Университет информационных технологий, 2015. – Режим доступа: <http://old.intuit.ru/department/humanities/dailpsy/>, свободный.
6. Популярная психология [Электронный ресурс]: журнал. – Режим доступа: <http://psynews.narod.ru/>, свободный.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, проверке домашних заданий, тестирования, а также оценки выполнения обучающимися самостоятельных работ индивидуальных заданий, проектов, исследований. Итоговая аттестация проводится в форме **дифференцированного зачета**.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>Знать:</i>	
Предмет психологии. История развития и отрасли психологии	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Познавательные процессы и способности	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Внимание. Память. Мышление	<i>Тестирование</i>

	<i>Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Способности и факторы, влияющие на них	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Личность как единство социального и биологического	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Темперамент как биологическая основа личности	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Самосознание. «Я – Концепция».	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Эмоции и чувства	<i>Тестирование Устный опрос Заслушивание рефератов</i>
Уметь:	
приводить примеры: потребностей, интересов, мировоззрения, черт характеров, видов познавательных процессов	<i>Практическая работа Тестирование</i>
описывать: методы исследовательской деятельности, приемы психической саморегуляции, психологической помощи	<i>Практическая работа Тестирование</i>
объяснять: психологический портрет личности	<i>Практическая работа Тестирование</i>

5. КОНКРЕТИЗАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

	Названия практических работ, практических занятий лабораторных работ
Уметь: • приводить примеры: потребностей, интересов, мировоззрения, черт характеров, видов познавательных процессов	Ассертивность 1. Что такое уверенность 2. Как приобрести уверенное поведение
Знать: • Познавательные процессы и способности	Тема 1.1 Внимание. Память. Мышление. Тема 1.2. Способности. Интеллект
Самостоятельная работа	Работа с конспектом Работа с учебной литературой Подготовка рефератов и сообщений по темам: Понятие личности; Направленность личности; Мышление и речь; Операции мышления; Индивидуальные особенности мышления; Физиологические основы

	памяти; Запоминание и условия его эффективности; Забывание и борьба с ним; Индивидуальные особенности памяти.
<p>Уметь:</p> <p>• описывать: методы исследовательской деятельности, приемы психической саморегуляции, психологической помощи</p>	<p>Я – в группе</p> <p>1. Игра «Ассоциации»</p> <p>2. Упражнения на сплочённость группы</p> <p>Общение как часть культуры</p> <p>1. Виды общения;</p> <p>2. Упражнения на применение видов речи</p>
<p>Знать:</p> <p>Самосознание. «Я – Концепция».</p> <p>Личность как единство социального и биологического</p>	<p>Тема 2.1. Личность как единство социального и биологического</p> <p>Тема 2.3. Самосознание. «Я – Концепция».</p> <p>Тема 2.4. Эмоции и чувства</p>
<p>Самостоятельная работа</p>	<p>Работа с конспектом</p> <p>Работа с учебной литературой</p> <p>Подготовка рефератов и сообщений по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сознание человека и его общественная природа 2. Мозг и психика 3. Личность и коллектив 4. Умения и навыки человека 5. Волевые качества личности 6. Виды чувств
<p>Уметь:</p> <p>• объяснять: психологический портрет личности</p>	<p>Определение типов темперамента</p> <p>Работа с опросником Г. Айзенка</p>
<p>Знать:</p> <p>• Темперамент как биологическая основа личности</p>	<p>Тема 2.2. Темперамент как биологическая основа личности</p> <p>Тема 3.1. Пути выработки адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях</p>
<p>Самостоятельная работа</p>	<p>Работа с конспектом</p> <p>Работа с учебной литературой</p> <p>Подготовка рефератов и сообщений по темам:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Физиологические основы темперамента 2. Понятие о характере 3. Формирование характера и пути его воспитания 4. Учет темперамента в профессиональной деятельности

