

Документ подписан электронной подписью.



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ  
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДЕНО  
Директором ГБПОУ Республики  
Марий Эл «УОР» Н.В.Беткузиной  
30 августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.14. АДАПТАЦИЯ ВЫПУСКНИКА НА РЫНКЕ ТРУДА**  
по специальности **49.02.01 Физическая культура**  
**(заочная форма обучения)**

2023 г.

Документ подписан электронной подписью.

РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

Педагогическим советом

Протокол № 1

« 30» августа 2023 г.

Председатель педагогического совета

\_\_\_\_\_ Н.В.Беткузина

Рабочая программа учебной дисциплины *ОП.14. Адаптация выпускника на рынке труда* разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования *49.02.01 Физическая культура* (вариативная часть учебных циклов ППССЗ).

Организация-разработчик: ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище Олимпийского резерва».

Разработчик:

Брачева О.А., преподаватель ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище Олимпийского резерва»

Рецензенты:

Жигулева Г.В., методист, преподаватель высшей квалификационной категории

Документ подписан электронной подписью.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10

Документ подписан электронной подписью.

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины *ОП.14. Адаптация выпускника на рынке труда* является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности среднего профессионального образования *49.02.01 Физическая культура* (вариативная часть учебных циклов ППССЗ).

### 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина *ОП.14. Адаптация выпускника на рынке труда* относится к циклу общепрофессиональных дисциплин основной профессиональной образовательной программы. Учебная дисциплина введена в вариативную часть с целью расширения и углубления подготовки, определяемой содержанием обязательной части, получения дополнительных умений и знаний, необходимых для обеспечения конкурентоспособности выпускника в соответствии с запросами регионального рынка труда.

Изучению учебной дисциплины *ОП.14. Адаптация выпускника на рынке труда* предшествует изучение дисциплин: *МДК 03.02 Профессиональный менеджмент, ОГСЭ.03 Психология общения.*

### 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:<sup>\*1</sup>

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся *должен уметь:*

- Анализировать спрос и предложение на региональном рынке труда по определенной специальности/профессии, используя ресурсы Интернет, данные ДГСЗН;
- Составлять модель специалиста, соотносить свои индивидуальные особенности требованиями к конкретной профессии;
- Анализировать информацию о вакансиях по профессии/специальности;
- Отвечать на типичные вопросы работодателя на собеседовании;
- Отвечать на типичные вопросы работодателя на собеседовании;
- Составлять профессиональное резюме и сопроводительное письмо;
- Составлять собственную карьерограмму.

*знать:*

- Понятие «рынок труда, занятость, безработица профессиональное самоопределение», особенности молодёжного рынка труда;
- Технологию поиска работы; качества личности, которые способствуют успешному трудоустройству;
- Правила подготовки и участия в собеседовании;
- Этапы адаптации на рабочем месте;
- Содержание понятия «карьера»

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

---

<sup>1</sup> Результаты освоения учебной дисциплины (формируемые ОК, ПК, умения и знания) были сформулированы автором рабочей программы в связи с тем, что дисциплина *ОП.11. Основы предпринимательской деятельности* введена за счет часов, отведенных ФГОС на вариативную часть циклов ОПОП, с целью углубления подготовки, определяемой содержанием обязательной части.

Документ подписан электронной подписью.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

#### **I.4. Количество часов на освоение программы дисциплины.**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося: 52 часов, в том числе:

-обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 6 часов;

-самостоятельной работы обучающегося 46 часов.

Документ подписан электронной подписью.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Учебная нагрузка обучающихся</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Максимальная</b>	52
<b>Самостоятельная</b>	46
<b>Обязательная:</b>	
Всего	6
в том числе:	
лекции, уроки	4
практические занятия	2
<b>Формы промежуточной аттестации:</b>	
<i>дифференцированный зачет (7 семестр)</i>	

Документ подписан электронной подписью.

## 2.2. Структура и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Молодежь на рынке труда</b>		<b>14</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Современное состояние рынка труда	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Понятие «Рынок труда». Типология и структура. Современное состояние рынка труда России. Занятость населения; основные причины формирования безработицы. Общая характеристика современного рынка труда и перспективы его развития. Региональный рынок труда.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	2	
	<b>Практическая работа №1.</b> Изучение спроса и предложений на рынке труда Республики Марий Эл. Анализ рынка труда Марий Эл.		
<b>Тема 1.2.</b> Профессиональное и психологическое самоопределение	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	4	1
	Специфические особенности молодёжного рынка труда. Проблемы выпускников на рынке труда. Профессиональное самообразование. Значение профессионального самообразования.	4	
<b>Тема 1.3.</b> Психологическое самоопределение	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	6	2
	Условия выбора профессии. Качества личности, влияющие на поиск работы и успешное трудоустройство. Требования к составлению личного профессионального роста. Качества личности, которые способствуют успешному трудоустройству. Построение модели специалиста. Составить сообщение «Мои приоритеты в выборе профессии»	6	
<b>Раздел 2 Технология трудоустройства и самопрезентации.</b>		<b>24</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Технология поиска работы	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	6	2
	Этапы поиска работы. Основные источники информации поиска работы. Анализ объявлений о вакансиях. Последовательность анализа объявлений о вакансиях. Анализ источников о вакансиях по будущей профессии, специальности. Обзор сайта Центра занятости населения Республики Марий Эл о вакансиях работы, о вакансиях по профилю специальности. Заполнить таблицу.	6	
<b>Тема 2.2.</b> Трудоустройство и самопрезентация.	<b>Практическая работа:</b>	2	2
	Резюме и сопроводительное письмо. Виды резюме. Требования, предъявляемые к резюме. Составление резюме сопроводительного письма.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	6	
	Правила этики общения по телефону Рекомендательные письма. Правила подготовки и участия в собеседованиях. Подготовка к собеседованию с работодателем.		

Документ подписан электронной подписью.

Тема 2.3. Юридические и правовые аспекты трудоустройства. Адаптация на рабочем месте	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	10	2
	Основные документы при приёме на работу. Основные разделы трудового договора. Составление заявления. Этапы адаптации молодого специалиста. Правила адаптации на рабочем месте Подготовка к адаптации в коллективе. Составление рекомендательного письма для своего друга. Оформление заявлений о приёме на работу	10	
<b>Раздел 3. Построение карьеры и профессиональная самореализация</b>		12	
Тема 3.1. Планирование и построение карьеры.	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	12	2
	Содержание понятие карьера и ее видов. Принципы планирование карьеры. Этапы карьеры. Построение карьеры. Модели карьеры. Управление карьерой. Создание <i>портфолио выпускника или разработкой программы профессионального самореализации (на выбор)</i>	12	
Дифференцированный зачет	Прохождение собеседования	2	
<b>ВСЕГО</b>		<b>52</b>	

Документ подписан электронной подписью.

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

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Гуманитарных и социально-экономических дисциплин». Программа реализуется с помощью ДОТ (электронной почты, образовательной платформы Google-класс).

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- комплект мебели для студентов;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «Основы предпринимательской деятельности»;
- доска меловая;
- компьютер.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Основные источники:**

1. Андреев В.И. Деловая риторика. (практический курс делового общения и ораторского мастерства). – М., 1995.-208с. С.46-49
2. Технология поиска работы. Учебно-методическое пособие. Й-Ола, УМЦ «Лидер», 2005. – 24с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Федеральный закон от 20 апреля 1996 года № 36-ФЗ «О занятости населения в Российской Федерации» (в последней редакции)
2. Андрушкевич В.Э. Борейша В.Б. Психология профессионального самоопределения и трудоустройства: Учебно-методическое пособие- Томск. STT,2000
3. Сергеев А.В. Теоретические аспекты проблемы профессионального самоопределения.//Среднее профессиональное образование.- 2007.- №6
4. Сайт Департамента государственной службы занятости Республики Марий Эл [http:// mari-el/regiontrud.ru/](http://mari-el/regiontrud.ru/)

Документ подписан электронной подписью.

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

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

№	Название темы	Код формируемой компетенции	Результат освоения (умения и знания)		Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
			знать	уметь	
<b>Раздел 1. Молодежь на рынке труда</b>					
	<b>Тема 1.1.</b> Современное состояние рынка труда	ОК 1-5, ОК 8	- Понятие «рынок труда, занятость, безработица профессиональное самоопределение», особенности молодёжного рынка труда;	- Анализировать спрос и предложение на региональном рынке труда по определенной специальности/профессии, используя ресурсы Интернет, данные ДГСЗН; - Анализировать информацию о вакансиях по профессии/специальности;	Индивидуальный устный контроль. Оценка.
	<b>Тема 1.2.</b> Профессиональное и психологическое самоопределение	ОК 1-5, ОК 8	- Понятие «рынок труда, занятость, безработица профессиональное самоопределение», особенности молодёжного рынка труда;	- Анализировать информацию о вакансиях по профессии/специальности;	Контроль самостоятельной работы обучающихся.
	<b>Тема 1.3.</b> Психологическое самоопределение	ОК 1-5, ОК 8	- Понятие «рынок труда, занятость, безработица профессиональное самоопределение», особенности молодёжного рынка труда;	- Составлять модель специалиста, с требованиями к конкретной профессии;	Контроль самостоятельной работы обучающихся.
<b>Раздел 2. Технология трудоустройства и самопрезентации.</b>					
	<b>Тема 2.1.</b> Технология поиска	ОК 1-5, ОК 8	- Технологию поиска работы;	- Отвечать на типичные	Контроль самостоятельной работы обучающихся.

Документ подписан электронной подписью.

	работы		качества личности, которые способствуют успешному трудоустройству;	вопросы работодателя на собеседовании;	
	<b>Тема 2.2.</b> Трудоустройство и самопрезентация.	ОК 1-5, ОК 8	- Правила подготовки и участия в собеседовании; - Этапы адаптации на рабочем месте;	- Составлять профессиональное резюме и сопроводительное письмо;	Индивидуальный письменный контроль. Оценка.
	<b>Тема 2.3.</b> Юридические и правовые аспекты трудоустройства. Адаптация на рабочем месте	ОК 1-5, ОК 8	- Правила подготовки и участия в собеседовании; - Этапы адаптации на рабочем месте;	- Отвечать на типичные вопросы работодателя на собеседовании;	Контроль самостоятельной работы обучающихся.
<b>Раздел 3. Построение карьеры и профессиональная самореализация</b>					
	<b>Тема 3.1.</b> Планирование и построение карьеры.	ОК 1-5, ОК 8	- Содержание понятия «карьера»	- Составлять собственную карьерограмму.	Контроль самостоятельной работы обучающихся.
					<b>Итоговая аттестация – дифференцированный зачет.</b>

Документ подписан электронной подписью.

**4.2. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине:**

**ПРЕДСТАВИТЬ ПАКЕТ ДОКУМЕНТОВ:**

1. Сообщение «Мои приоритеты в выборе профессии»
2. Составление резюме.
3. Составление сопроводительного письма.
4. Составление самопрезентации.
5. Составление заявления о приеме на работу.
6. Составление рекомендательного письма своему другу.
7. Создание портфолио выпускника или разработка программы профессиональной самореализации.

**К дифференцированному зачету:** подготовить и пройти собеседование при устройстве на работу.

Документ подписан электронной подписью.

<b>ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ</b>	
	<b>ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА НЕ ПОДТВЕРЖДЕНА. ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.</b>
<b>ПОДПИСЬ</b>	
<b>Общий статус подписи:</b>	Подписи математически корректны, но нет полного доверия к одному или нескольким сертификатам подписи
<b>Сертификат:</b>	4C4ED8899EEA8098A8071526E038AF5B
<b>Владелец:</b>	Беткузина Наталья Валерьевна, Беткузина, Наталья Валерьевна, sport-uor@yandex.ru, 121521689394, 00204832281, ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА", ДИРЕКТОР, Республика Марий Эл, RU
<b>Издатель:</b>	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
<b>Срок действия:</b>	Действителен с: 23.08.2022 11:47:00 UTC+03 Действителен до: 16.11.2023 11:47:00 UTC+03
<b>Дата и время создания ЭП:</b>	25.09.2023 12:51:09 UTC+03