

Подписано электронной подписью:
Вержицкий Данил Григорьевич
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»
МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
471086fad29a3b30e244c728abc3661ab35c9d50210dcf0e75e03a5b6fdf6436
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Кемеровский государственный университет»
Кузбасский гуманитарно-педагогический институт

(Наименование филиала, где реализуется данная дисциплина)
Факультет психологии и педагогики

УТВЕРЖДАЮ

Декан ФПП

_____ Л. Я. Лозован

«23» марта 2023 г.

Рабочая программа дисциплины

Б1.Б.10 Профессиональное самоопределение и карьера

Код, название дисциплины

Направление подготовки
37.03.01 Психология

Направленность (профиль) подготовки
«Практическая психология»

Программа прикладного бакалавриата

Квалификация выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Заочная

Год набора 2019

Новокузнецк, 2023

Лист внесения изменений

В РПД Б1.Б.10 Профессиональное самоопределение и карьера
(код по учебному плану, название дисциплины)

Сведения об утверждении:

утверждена Ученым советом факультета психологии и педагогики
(протокол Ученого совета факультета № 9 от 23.03.2023 г.)

для ОПОП 2019 года набора на 2023 / 2024 учебный год
по направлению подготовки 37.03.01 Психология

направленность (профиль) подготовки / «Практическая психология»

Одобрена на заседании методической комиссии факультета психологии и педагогики
протокол методической комиссии факультета № 6 от 22.03.2023 г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры психологии и общей педагогики

протокол № 7 от 07.03.2023 г.

Алонцева А. И. / _____

(Ф. И. О. зав. кафедрой)

Оглавление

1. Цель дисциплины.....	4
1.1 Формируемые компетенции.....	4
1.2 Дисциплины и практики, формирующие компетенцию	4
1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине	4
2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации.	5
3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.	5
3.1 Учебно-тематический план	5
3.2. Содержание занятий по видам учебной работы	7
4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.	10
5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины	11
5.1 Учебная литература	11
5.2. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины	12
5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.	12
6 Иные сведения и (или) материалы.	13
6.1. Примерные темы письменных учебных работ.....	13
6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации	13

1. Цель дисциплины

В результате освоения данной дисциплины у обучающегося должна быть сформирована компетенции основной профессиональной образовательной программы прикладного бакалавриата (далее - ОПОП):

ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию.

Содержание компетенции как планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 2.

1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 - Формируемые дисциплиной компетенции

Наименование вида компетенции	Код и название компетенции
Общекультурная компетенции	ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию

1.2 Дисциплины и практики, формирующие компетенцию

Таблица 2 – Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП

Код и название компетенции	Дисциплины и практики, формирующие компетенцию ОПОП
ОК-7 способность к самоорганизации и самообразованию	Б1.Б.10 Профессиональное самоопределение и карьера Б1.Б.13 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения Б1.Б.15 Общая психология Б1.Б.19 Психология управления Б1.Б.26 Общий психологический практикум Б1.Б.29 Статистические методы психологических исследований Б1.Б.31 Психология здоровья Б2.В.02(П) Производственная практика. Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

Код и название компетенции	Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной
ОК-7 - способность к самоорганизации и самообразованию	Знать: социально-личностные и психологические основы самоорганизации; основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция); основные мотивы и этапы самообразования. Уметь: сформулировать взаимосвязанные задачи, обеспечивающие ее достижение, а также результаты их выполнения; выбирать оптимальный способ решения задачи, реализовывать спроектированный алгоритм решения задачи (т. е. получить продукт). Владеть: навыками самообразования, планирования, оценки результативности и эффективности собственной деятельности.

2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий.

Формы промежуточной аттестации.

Таблица 4 – Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий

Общая трудоёмкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах	Объём часов
	ЗФО
1 Общая трудоёмкость дисциплины	108
2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)	10
Аудиторная работа (всего):	10
в том числе:	
лекции	6
практические занятия, семинары	4
практикумы	
лабораторные работы	
в интерактивной форме	4
в электронной форме	
Внеаудиторная работа (всего):	
в том числе, индивидуальная работа обучающихся с преподавателем	
подготовка курсовой работы /контактная работа	
групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем)	
творческая работа (эссе)	
3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)	94
4 Промежуточная аттестация обучающегося: зачет 4 курс, 7 семестр	4

3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план заочной формы обучения

№ недели п/п	Разделы и темы дисциплины по занятиям	Общая трудоём- кость (всего час.)	Трудоёмкость занятий (час.)			Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости
			ЗФО			
			Аудиторн. занятия		СРС	
			лекц	практ.		
Семестр 7						
1	Основы профессиографии	12	2	0	10	ПР-3, УО-1
1.1	Тенденции развития мира профессий		1	0	2	
1.2	Методы профессиографического исследования		1	0	2	
1.3	Анализ стартовых возможностей		0	0	2	
1.4	Модульный подход в профессиографии		0	0	4	
2	Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры	22	2	0	20	ПР-3, УО-1
2.1	Понятие карьеры и карьерная стратегия		1	0	2	
2.2	Базовые принципы построения карьеры		0	0	4	

2.3	Модели развития карьеры		0	0	2	
2.4	Методы управления карьерой		0	0	4	
2.5	Компоненты профессиональной карьеры.		0	0	2	
2.6	Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств, формирование навыков самопрезентации.		1	0	2	
2.7	Портфолио - как форма организации деятельности студентов		0	0	2	
2.8	Способы саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и карьерного развития.		0	0	2	
3	Технология карьеры	24	2	0	22	ПР-3, УО-1
3.1	Принятие решения о поиске работы		0	0	2	
3.2	Правила составления резюме: понятие, структура, виды резюме		0	0	4	
3.3	Характеристика собеседований. Виды собеседований		0	0	4	
3.4	Диалог с потенциальным работодателем в ситуации собеседования		1	0	2	
3.5	Мотивы построения карьеры		0	0	4	
3.6	Составление резюме		0	0	2	
3.7	Собеседования		0	0	2	
3.8	Индивидуальная траектория профессионального развития		1	0	2	
4	Формирование эффективного поведения на рынке труда	22	0	2	20	ПР-3, УО-1
4.1	Информация на рынке труда		0	0	2	
4.2	Развитие коммуникативных качеств личности		0	0	4	
4.3	Формирование деловых качеств личности		0	0	2	
4.4	Профессионально-личностный потенциал субъекта деятельности		0	0	4	
4.5	Тренинг «Тайм-менеджмент»		0	1	2	
4.6	Ролевая игра «Устройство на работу»		0	1	2	
4.7	Тренинг «На пути к цели»		0	0	2	
4.8	Основы профессионального общения		0	0	2	
5	Разработка проекта «Построение карьеры»	24	0	2	22	ПР-3, УО-1
5.1	Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя		0	0	4	
5.2	Проектирование профессионального успеха		0	1	6	
5.3	Анализ целей и средств по их достижению		0	0	6	
5.4	Разработка дорожной карты «Построение карьеры»		0	1	6	
	Контроль	4				
		108	6	4	94	

3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела
Раздел 1. Основы профессиографии		
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
1.1	Тенденции развития мира профессий	Определение понятия «профессия», современный мир профессий, тенденции в его развитии, классификация профессий, в соответствии с предметами и целями деятельности, предложенная Е. А.Климовым. Основные подходы
1.2	Методы профессиографического исследования	Анализ совокупности характеристик профессии и требований к человеку как к субъекту соответствующей профессиональной деятельности, которая находит свое отражение в так называемой «психограмме» (система профессионально важных свойств и качеств субъекта труда).
	<i>Темы практических / семинарских занятий</i>	
1.3	Анализ стартовых возможностей	Диагностика личностных качеств и возможностей студентов. Тестирование. Изучение самооценки и ценностных ориентаций.
1.4	Модульный подход в профессиографии	Составьте схему разработки профессиограммы
Раздел 2. Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры		
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
2.1	Понятие карьеры и карьерная стратегия	Понятие «карьера» в узком и широком смысле. Карьера и личностное самоопределение человека. Типология карьеры. Этапы карьеры. Мотивация карьерного роста. Гендерные особенности карьеры. Принципы и правила карьерной стратегии. Основные направления успешного планирования карьеры.
2.2.	Базовые принципы построения карьеры	Факторы, способствующие карьерному росту. Планирование и развитие карьеры, определение целей развития работника предпринимательской организации и путей, ведущих к их достижению. Способы достижения успешной карьеры, разнообразие подходов к ее типологии.
2.3	Модели развития карьеры	Карьера «трамплин», «лестница», «змея», «перепутье». Модели развития карьеры по Е. Комарову. Виды развития карьерных стратегий (по Е.В. Румянцевой)
2.4	Методы управления карьерой	Факторы и предпосылки, обеспечивающие успешность профессиональной карьеры; теоретические основы ортобиотики; основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция). Планирование и развитие карьеры работника предпринимательской организации и путей, ведущих к их достижению. Способы достижения успешной карьеры, разнообразие подходов к ее типологии.
	<i>Темы практических / семинарских занятий</i>	
2.5	Компоненты профессиональной карьеры	Основные компоненты профессиональной карьеры. Критерии успешности профессиональной карьеры. Формиро-

	еры.	вание профессиональных компетенций. Способы построения профессиональной карьеры. Перспективы карьерного роста.
2.6	Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств, формирование навыков самопрезентации.	Понятие самосознания. Понятие самооценки как условия успешности функционирования личности в профессиональной среде. Учет потребностей рынка и собственных склонностей и потребностей в формировании себя в качестве специалиста. Сопоставление профессиональных планов с состоянием здоровья, образовательным потенциалом, личностными особенностями. Индивидуальные особенности личности и выбор типа и вида профессиональной карьеры.
2.7	Портфолио - как форма организации деятельности студентов	Понятие «Портфолио». Цель и задачи портфолио. Виды и формы портфолио. Участники работы над портфолио. Структура, содержание, оформление, ведение и хранение портфолио.
2.8	Способы саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и карьерного развития.	Система непрерывного образования: понятие, этапы, виды профессионального образования. Роль повышения квалификации на протяжении всей жизни как необходимого условия профессионального роста. Профессиональная переподготовка. Характер профессионального образования и профессиональная мобильность. Построение модели профессионального продвижения с учетом потребностей рынка и собственных склонностей и потребностей.
2.12	Психологическая готовность к обучению в школе	Подготовить рекомендации при не достаточной готовности.
2.13	Психологический анализ урока	Просмотр видеоурока в соответствии с требованиями ФГОС. Осуществить психологический анализ урока. Результаты оформить по шаблону.
Раздел 3. Технология карьеры		
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
3.1	Принятие решения о поиске работы	Проблемы, стоящие перед соискателем. Оценка своих сильных и слабых сторон. Построение фундамента успеха, проведение SWOT-анализа
3.2	Правила составления резюме: понятие, структура, виды резюме	Цели и понятие написания резюме. Отличие резюме от автобиографии. Структура резюме. Ошибки при составлении резюме.
3.3	Характеристика собеседований. Виды собеседований	Сущность собеседования в целом. Понятие собеседования, его цели и задачи. Правила проведения собеседования. Методики проведения собеседования. Виды и типы собеседования
3.4	Диалог с потенциальным работодателем в ситуации собеседования	Вопросы, встречающиеся в каждом программном интервью. «Сложные» и нестандартные вопросы в ситуации собеседования. Стратегии выбора ответов на «Сложные» и нестандартные вопросы в ситуации собеседования. Рекомендации для ответов на вопросы работодателя
	<i>Темы практических / семинарских занятий</i>	
3.5	Мотивы построения	Диагностика доминирующей карьерной ориентации

	карьеру	(опросник «Якоря карьеры» А. Шейн). Интерпретация полученных результатов
3.6	Составление резюме	Анализ готовых резюме. Составление собственного резюме
3.7	Собеседования	Подготовка к собеседованию. Поведение на собеседовании. Вопросы, которые могут задавать на собеседовании. Типичные ошибки, допускаемые при собеседовании.
3.8	Индивидуальная траектория профессионального развития	Построение индивидуальной траектории профессионального развития и написание эссе на тему «Мое профессионально будущее».
Раздел 4. Формирование эффективного поведения на рынке труда		
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
4.1	Информация на рынке труда	Каналы распространения сведений о себе: помощь знакомых, электронные СМИ, работа с сайтами, печатные СМИ, посредники на рынке труда, распространение по каналам профессиональных и общественных организаций, массовая («веерная» рассылка) собственными силами. Работа с ответами на свое объявление. Объявления работодателей.
4.2	Развитие коммуникативных качеств личности	Специфика делового общения. Деловая беседа и её основные этапы. Техники активного слушания. Искусство делового общения. Кодекс психологически грамотного поведения.
4.3	Формирование деловых качеств личности	Имидж делового человека. Эффективное и рациональное использование времени. Правила этики служебных отношений. Служебные конфликты и управление ими.
4.4	Профессионально-личностный потенциал субъекта деятельности	Понятие профессионально-личностного потенциала (ПЛП) человека как субъекта деятельности. Структура ПЛП и содержание каждого из его структурных элементов: профессиональная направленность, общие способности, профессионально-важные качества и компетенции
	<i>Темы практических / семинарских занятий</i>	
4.5	Тренинг «Тайм-менеджмент»	Интерактивные методы развития навыков самоорганизации студентов. Принципы целеполагания и планирования. Методы и техники управления временем. Определение принципов планирования. Анализ индивидуальных помех времени и способы его минимизации.
4.6	Ролевая игра «Устройство на работу»	В ходе игры студенты сформируют навыки прохождения собеседования при приеме на работу.
4.7	Тренинг «На пути к цели»	Самооценка уровня сформированности навыков самоорганизации
4.8	Основы профессионального общения	Анализ конкретных ситуаций. Определение позиции в общении. Определение влияния невербальных средств коммуникации
Раздел 5. Разработка проекта «Построение карьеры»		
	<i>Содержание лекционного курса</i>	
5.1	Карьерный рост и личностное развитие как предмет проек-	Понятия проект и проектирование. Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя. Этапы проектирования. Замысел проекта и личност-

	тирования самого себя	ное самоопределение автора проекта
5.2	Проектирование профессионального успеха	Сбор информации по проблеме проекта и предпроектный анализ проблем (выделение и построение иерархии целей с имеющимися ресурсами). Планирование этапов карьерного роста. Этап реализации проекта. Коррекция проекта по итогам самоконтроля.
	<i>Темы практических / семинарских занятий</i>	
5.3	Анализ целей и средств по их достижению	Выявление и анализ желаемых целей, необходимых средств (что требуется), в наличии (способности, временной ресурс, финансы ит. д.), практические шаги. Анализ личных успехов и неудач; сильных и слабых сторон. Анализ профессиональных знаний и опыта, коммуникативные способности, личные способности, интеллектуальные способности, рабочие приемы
5.4	Разработка дорожной карты «Построение карьеры»	Форсайт-технология разработки дорожной карты «Построение карьеры»: временной горизонт, цель, тренд Технологии, формат, события, угроза

4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации.

Для положительной оценки по результатам освоения дисциплины обучающемуся необходимо выполнить все установленные виды учебной работы. Оценка результатов работы обучающегося в баллах (по видам) приведена в таблице 7.

Таблица 7 - Шкала и показатели оценивания результатов учебной работы обучающихся по видам в балльно-рейтинговой системе (БРС)

Учебная работа (виды)	Сумма баллов	Виды и результаты учебной работы	Оценка в аттестации (шкала и показатели оценивания)	Баллы(
Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий)	80	Лекционные занятия (конспект)	6 баллов посещение 1 лекционного занятия	6 - 18
		Практические работы (отчет о выполнении работы)	6 баллов - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-65% 12 баллов – посещение 1 занятия и существенный вклад на занятии в работу всей группы, самостоятельность и выполнение работы на 85,1-100%	18 - 36
		Контрольные работы (отчет о выполнении контрольной работы) (4 работы)	За одну КР от 4 до: 5 баллов (выполнено 51 - 65% заданий) 7 балла (выполнено 66 - 85% заданий) 8 балла (выполнено 86 - 100% заданий)	20 - 32
		Реферат (по разделу 4 или 5 на выбор)	7 баллов (пороговое значение) 10 баллов (максимальное значение)	7 - 14
		Итого по текущей работе в семестре		51 - 100
Промежуточная аттестация (зачет)	20 (100% /баллов приведенной шкалы)	Тест.	3 балла (пороговое значение) 10 баллов (максимальное значение)	6 - 10
		Решение задачи 1.	3 балла (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 2.	3 балла (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 3.	3 баллов (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	6 - 12

		Решение задачи 4.	3 балла (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	6 - 12
		Решение задачи 5.	3 балла (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	6 - 16
		Решение задачи 6.	3 балла (пороговое значение) 5 баллов (максимальное значение)	9 - 26
Итого по промежуточной аттестации (зачету)				(51 – 100% по приведенной шкале) 20 – 40 б.
Суммарная оценка по дисциплине: Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации				51 – 100 б.

В промежуточной аттестации оценка выставляется в ведомость в 100-балльной шкале и в буквенном эквиваленте (таблица 8)

Таблица 8 – Соотнесение 100-балльной шкалы и буквенного эквивалента оценки

Сумма набранных баллов	Уровни освоения дисциплины и компетенций	Зачет
		Буквенный эквивалент
86 - 100	Продвинутый	Зачтено
66 - 85	Повышенный	
51 - 65	Пороговый	
0 - 50	Первый	Не зачтено

5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Учебная литература

Основная учебная литература

1. Константинов, В. В. Профессиональная деформация личности: учебное пособие для бакалавриата/ В. В. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2017. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04311-2. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/406004> (дата обращения: 20.09.2019).— Текст : электронный.

2. Пряжников, Н. С. Профориентология: учебник и практикум для академического бакалавриата / Н. С. Пряжников. — Электронные текстовые данные. – Москва: Юрайт, 2017. — 405 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01541-6. - URL: <https://biblio-online.ru/book/EA14315F-5ACB-4410-A1DD-BCFDA162DB11> (дата обращения: 20.09.2019).— Текст : электронный.

Дополнительная учебная литература:

1. Козловская, С. Н. Теория и практика развития профессионального самоопределения студентов: Монография / Козловская С.Н., - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва :НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 145 с. - ISBN 978-5-16-011977-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/548838> (дата обращения: 20.09.2019). – Текст : электронный.

2. Кудряшева, Л. А. Педагогика и психология : учебник / Л. А. Кудряшева. - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 160 с. (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-9558-0444-6. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/511071>.

3. Пастюк, О. В. Психология и педагогика : учеб. пособие / О.В. Пастюк. — Москва : ИНФРА-М, 2017. — 160 с. (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-105564-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/759898> (дата обращения: 20.09.2019).— Текст : электронный.

4. Тьютор в образовательном пространстве: Учебное пособие / Под ред. В.П. Сергеевой - Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2016. - 192 с. (Высшее образование: Бакалавриат).- ISBN 978-5-16-011228-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/517489> (дата обращения:

20.09.2019).– Текст : электронный.

5.2. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Таблица 8 - Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом	Адрес
222 Учебная аудитория для проведения: - занятий лекционного типа; - занятий семинарского (практического) типа; - групповых и индивидуальных консультаций; - текущего контроля и промежуточной аттестации. Специализированная (учебная) мебель: доска маркерно-меловая, столы, стулья. Оборудование для презентации учебного материала: переносное - ноутбук, проектор, экран. Используемое программное обеспечение: MSWindows (Microsoft Imagine Premium 3 year по сублицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО), антивирусное ПО ESET EndpointSecurity, лицензия №EAV-0267348511 до 30.12.2022 г.; MozillaFirefox (свободно распространяемое ПО), GoogleChrome (свободно распространяемое ПО), Opera (свободно распространяемое ПО), FoxitReader (свободно распространяемое ПО), WinDjView (свободно распространяемое ПО), Яндекс.Браузер (отечественное свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.	654027, Кемеровская область - Кузбасс, г. Новокузнецк, пр-кт Пионерский, д. 13, пом. 1

5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.

Перечень СПБД и ИСС по дисциплине

Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам (Психология) Режим доступа: http://window.edu.ru/catalog/?p_rubr=2.2.77.2

Bookar.info - психологическая электронная библиотека – учебники и учебно-методические пособия по общей, педагогической, специальной и пр. психологии. Режим доступа <https://bookap.info/>

Ex Libris. Избранные публикации по психологии: статьи, главы из книг, учебников, хрестоматии и методическая литература. Режим доступа <http://www.psychology-online.net/310/>

Soc.Lib.ru. - материалы по социологии, психологии и управлению. Сайт предназначен исключительно для научно-исследовательских целей, информирования общественности о научных разработках специалистов и прогрессивного развития мировой гуманитарной науки. Режим доступа : <http://soc.lib.ru/>

Учеба.py. Портал об образовании и карьере. Режим доступа: <https://www.ucheba.ru/>

Электронная библиотека "Самопознание и саморазвитие". Полные тексты публикаций по психологии, философии, религии, культурологии. Подборка ссылок на ресурсы Интернета, связанные с психологией и смежными областями знания. Режим доступа: <http://psylib.org.ua>

Единое окно доступа к образовательным ресурсам. Целью информационной системы является обеспечение свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов, к электронной библиотеке учебно-методических материалов для общего и профессионального образования и к ресурсам системы федеральных образовательных порталов. Режим доступа: <http://window.edu.ru>

Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам (Пси-

6 Иные сведения и (или) материалы.

6.1. Примерные темы письменных учебных работ

1. Определение понятия «рынок труда», эволюция понятия, типология и структура современного рынка труда, региональные особенности рынка труда.
2. Рынок труда отдельных профессий.
3. Понятие «карьера» в узком и широком смысле.
4. Карьера и личностное самоопределение человека.
5. Типология карьеры. Этапы карьеры. Мотивация карьерного роста.
6. Гендерные особенности карьеры. Принципы и правила карьерной стратегии.
7. Факторы, способствующие карьерному росту.
8. Планирование и развитие карьеры, определение целей развития работника предпринимательской организации и путей, ведущих к их достижению.
9. Способы достижения успешной карьеры, разнообразие подходов к ее типологии
10. Проблемы, стоящие перед соискателем.
11. Построение фундамента успеха, проведение SWOT-анализа.
12. Цели и понятие написания резюме. Отличие резюме от автобиографии.
13. Каналы распространения сведений о себе: помощь знакомых, электронные СМИ.
14. Распространение по каналам профессиональных и общественных организаций, массовая («веерная» рассылка) собственными силами.
15. Специфика делового общения.
16. Деловая беседа и её основные этапы.
17. Кодекс психологически грамотного поведения.
18. Имидж делового человека.
19. Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя.
20. Профессионально-личностный потенциал (ПЛП) человека как субъекта деятельности

6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации

Таблица 9 - Примерные теоретические вопросы и практические задания к зачету

Разделы и темы	Примерные теоретические вопросы	Примерные практические задания
Раздел 1. Основы профессиографии		
Тенденции развития мира профессий	1.Определение понятия «профессия», современный мир профессий, тенденции в его развитии. 2.Классификация профессий Е. А.Климовым.	Составить по данному разделу тестовые задания (3-5).
Методы профессиографического исследования	1.Анализ совокупности характеристик профессии и требований к человеку как к субъекту соответствующей профессиональной де-	Опишите способности, личностные качества и ценности, типичные хобби, соответствующие профессии

	тельности. 2. Психограмма как система профессионально важных свойств и качеств субъекта труда.	
Анализ стартовых возможностей	1.Изучение самооценки и ценностных ориентаций.	Диагностика личностных качеств и возможностей студентов. Тестирование
Модульный подход в профессиографии	1.Модульный подход в профессиографии	Составьте схему разработки профессиограммы
Раздел 2.Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры		
Понятие карьеры и карьерная стратегия	1. Карьера и личностное самоопределение человека. 2. Гендерные особенности карьеры. Принципы и правила карьерной стратегии. 3.Основные направления успешного планирования карьеры.	Охарактеризуйте факторы, способствующие карьерному росту
Базовые принципы построения карьеры	1.Планирование и развитие карьеры. 2.Способы достижения успешной карьеры, разнообразие подходов к ее типологии.	Опишите условия формирования профессиональных компетенций
Модели развития карьеры	1.Карьера «трамплин», «лестница», «змея», «перепутье». 2.Модели развития карьеры по Е. Комарову. 3.Виды развития карьерных стратегий (по Е.В. Румянцевой)	Из предложенных моделей развития карьеры, выберите соответствующую специальным способностям
Методы управления карьерой	1.Факторы и предпосылки, обеспечивающие успешность профессиональной карьеры. 2.Теоретические основы ортобиотики; основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция). 3.Планирование и развитие карьеры работника предпринимательской организации и путей, ведущих к их достижению.	Выявите способы достижения успешной карьеры и определите разнообразие подходов к ее типологии.
Компоненты профессиональной карьеры.	1.Основные компоненты профессиональной карьеры.	Разработайте критерии успешности профессиональной карьеры..
Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств, формирование навыков самопрезентации.	1.Понятие самооценки как условия успешности функционирования личности в профессиональной среде. 2.Учет потребностей рынка и собственных	Выявить взаимосвязь профессиональных планов с состоянием здоровья, образовательным потенциалом, личностными особенностями. Определите индивидуальные особенности

тации.	ственных склонностей и потребностей в формировании себя в качестве специалиста.	личности и выбор типа и вида профессиональной карьеры
Портфолио - как форма организации деятельности студентов	1.Понятие «Портфолио». Цель и задачи портфолио. 2.Виды и формы портфолио. Участники работы над портфолио.	Составить «Портфолио» Структура, содержание, оформление, ведение и хранение портфолио.
Способы саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и карьерного развития.	1.Система непрерывного образования: понятие, этапы, виды профессионального образования. 2.Роль повышения квалификации на протяжении всей жизни как необходимого условия профессионального роста.	Построение модели профессионального продвижения с учетом потребностей рынка и собственных склонностей и потребностей.
Раздел 3. Технология карьеры		
Принятие решения о поиске работы	1.Проблемы, стоящие перед соискателем. 2.Оценка своих сильных и слабых сторон.	Провести SWOT-анализ. Построение фундамента успеха.
Правила составления резюме: понятие, структура, виды резюме	1.Цели и понятие написания резюме. 2. Отличие резюме от автобиографии.	Составить резюме
Характеристика собеседований. Виды собеседований	1.Сущность собеседования в целом. Понятие собеседования, его цели и задачи. 2.Правила проведения собеседования.	Подготовить собеседование.
Диалог с потенциальным работодателем в ситуации собеседования	1.Вопросы, встречающиеся в каждом программированном интервью. 2.«Сложные» и нестандартные вопросы в ситуации собеседования.	Стратегии выбора ответов на «Сложные» и нестандартные вопросы в ситуации собеседования. Разработать рекомендации для ответов на вопросы работодателя
Мотивы построения карьеры	1.Опросник «Якоря карьеры» А. Шейн). Интерпретация полученных результатов	Интерпретация полученных результатов по диагностике доминирующей карьерной ориентации (опросник «Якоря карьеры» А. Шейн).
Составление резюме	1.Анализ готовых резюме.	Составление собственного резюме
Собеседования	1.Подготовка к собеседованию.	Поведение на собеседовании. Вопросы, которые могут задавать на собеседовании. Типичные ошибки, допускаемые при собеседовании.
Индивидуальная траектория профессионального развития	1.Построение индивидуальной траектории профессионального развития и	написание эссе на тему «Мое профессионально будущее».
Информация на рынке труда	1.Каналы распространения сведений о себе: помощь знакомых, электронные СМИ,	Работа с сайтами, печатные СМИ, посредники на рынке труда, распространение по каналам профессиональных и общественных ор-

		ганизаций, массовая («веерная» рассылка) собственными силами. Работа с ответами на свое объявление. Объявления работодателей.
Развитие коммуникативных качеств личности	1.Специфика делового общения. 2.Деловая беседа и её основные этапы.	Разработать техники активного слушания. Искусство делового общения. Кодекс психологически грамотного поведения.
Формирование деловых качеств личности	1.Имидж делового человека.. 2.Правила этики служебных отношений. 3.Служебные конфликты и управление ими.	Составить имидж делового человека, правила этики служебных отношений.
Профессионально-личностный потенциал субъекта деятельности	1.Понятие профессионально-личностного потенциала (ПЛП) человека как субъекта деятельности. 2.Структура ПЛП и содержание каждого из его структурных элементов: профессиональная направленность, общие способности, профессионально-важные качества и компетенции	Разработать структуру ПЛП и содержание каждого из его структурных элементов: профессиональная направленность, общие способности, профессионально-важные качества и компетенции
Тренинг «Тайм-менеджмент»	1.Интерактивные методы развития навыков самоорганизации студентов. 2.Анализ индивидуальных помех времени и способы его минимизации.	Организовать и провести и проанализировать тренинг «Тайм-менеджмент»
Ролевая игра «Устройство на работу»	1.Навыки прохождения собеседования при приёме на работу.	Организовать и провести и проанализировать ролевую игру «Устройство на работу»
Тренинг «На пути к цели»	1ё.Самооценка уровня сформированности навыков самоорганизации	Организовать и провести и проанализировать тренинг «На пути к цели»
Основы профессионального общения.	1.Позиции в общении. 2.Определение влияния невербальных средств коммуникации	Анализ конкретных ситуаций. Определение позиции в общении. Определение влияния невербальных средств коммуникации
Раздел 5. Разработка проекта «Построение карьеры»		
Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя	1.Понятия проект и проектирование. 2.Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя.	Разработать этапы проектирования и замысел проекта и личностное самоопределение автора проекта
Проектирование профессионального успеха	1.Сбор информации по проблеме проекта и предпроектный анализ проблем (выделение и построение иерархии целей с имеющимися ресурсами).	Планирование этапов карьерного роста. Этап реализации проекта. Коррекция проекта по итогам самоконтроля.
Анализ целей и средств по их достижению	1.Способности, временной ресурс, финансы ит. д.), практические шаги. Анализ личных успехов и неудач;	Выявление и анализ желаемых целей, необходимых средств (что требуется), в наличии (способ-

	сильных и слабых сторон.	ности, временной ресурс, финансы ит. д.), практические шаги. Анализ личных успехов и неудач; сильных и слабых сторон. Анализ профессиональных знаний и опыта, коммуникативные способности, личные способности, интеллектуальные способности, рабочие приемы
Разработка дорожной карты «Построение карьеры»	Форсайт-технология разработки дорожной карты «Построение карьеры»: временной горизонт, цель, тренд, технологии, формат, события, угроза	Разработка дорожной карты с применением форсайт-технологии

Составитель: Добрынина О.А., канд. психол. наук