

Подписано электронной подписью:  
Вержицкий Данил Григорьевич  
Должность: Директор КГПИ ФГБОУ ВО «КемГУ»  
Дата и время: 2024-02-21 00:00:00

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Кемеровский государственный университет»

Новокузнецкий институт (филиал)

Факультет физической культуры, естествознания и природопользования

«УТВЕРЖДАЮ»

Декан ФФКЕП

В.А. Рябов

«08» апреля 2020 г.



## **Рабочая программа дисциплины**

### **Б1.Б.08 Профессиональное самоопределение и карьера**

Направление подготовки

**20.03.01 Техносферная безопасность**

(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки

«Безопасность технологических процессов и производств»

Программа академического бакалавриата

Квалификация выпускника

бакалавр

Форма обучения

очная, заочная

Год набора 2020

Новокузнецк 2020

**Лист внесения изменений в РПД Б1.Б.08 Профессиональное самоопределение и  
карьера**

**Сведения об утверждении:**

на 2020-2021 уч.год

утверждена Ученым советом факультета

(протокол Ученого совета факультета № 6а от «12» марта 2020г.)

на 2020 год набора

Одобрена на заседании методической комиссии

(протокол методической комиссии факультета № 5 от «27» февраля 2020г.)

Одобрена на заседании обеспечивающей кафедры ГГ, протокол № 6 от

«05» февраля 2020 г., зав. кафедрой Удодов Ю.В. \_\_\_\_\_

## Оглавление

|                                                                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1 Цель дисциплины.....                                                                                                   | 4  |
| 1.1 Формируемые компетенции .....                                                                                        | 4  |
| 1.2 Дисциплины и практики участвующие в формировании компетенций .....                                                   | 4  |
| 1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине .....                                                                     | 5  |
| 2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий. Формы промежуточной аттестации .....                         | 6  |
| 3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.....                                                                 | 7  |
| 3.1 Учебно-тематический план.....                                                                                        | 7  |
| 3.2. Содержание занятий по видам учебной работы .....                                                                    | 8  |
| 4 Порядок оценивания успеваемости и сформированности компетенций обучающегося в текущей и промежуточной аттестации. .... | 12 |
| 5 Материально-техническое, программное и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....                                 | 13 |
| 5.1 Учебная литература .....                                                                                             | 13 |
| 5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины.....                                                    | 13 |
| 5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы. ....                                   | 14 |
| 6. Иные сведения и (или) материалы. ....                                                                                 | 14 |
| 6.1. Примерные темы письменных учебных работ.....                                                                        | 14 |
| 6.2. Примерные вопросы и задания / задачи для промежуточной аттестации .....                                             | 15 |

## 1 Цель дисциплины.

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

ОК-4 - владение компетенциями самосовершенствования (сознание необходимости, потребность и способность обучаться);

ОК-6 - способность организовывать свою работу ради достижения поставленных целей и готовностью к использованию инновационных идей;

ОК-8 - способность работать самостоятельно.

Содержание компетенций и планируемых результатов обучения по дисциплине см. таблицы 1 и 3.

### 1.1 Формируемые компетенции

Таблица 1 - Формируемые дисциплиной компетенции

| Наименование вида компетенции<br>(общекультурная, общепрофессиональная, профессиональная) | Код и название компетенции                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| общекультурная                                                                            | ОК-4 - владение компетенциями самосовершенствования (сознание необходимости, потребность и способность обучаться)                 |
| общекультурная                                                                            | ОК-6 - способность организовывать свою работу ради достижения поставленных целей и готовностью к использованию инновационных идей |
| общекультурная                                                                            | ОК-8 - способность работать самостоятельно                                                                                        |

### 1.2 Дисциплины и практики участвующие в формировании компетенций

Таблица 2 – Структурно-логическая схема формирования компетенций:

| Компетенция |                                                                       | Данная дисциплина                                                 | Последующие дисциплины                                                                                                                         |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК-4        | Б1.Б.28 Введение в профессиональную деятельность (1 семестр)          | Б1.Б.08<br>Профессиональное самоопределение и карьера (5 семестр) | Б2.В.04(П) Научно-исследовательская работа<br>Б3.Б.01(Д) Выпускная квалификационная работа                                                     |
| ОК-6        | Б1.Б.18 Организация научно-исследовательской деятельности (1 семестр) |                                                                   | Б2.В.04(Н) Научно-исследовательская работа<br>Б3.Б.01(Д) Выпускная квалификационная работа                                                     |
| ОК-8        | Б1.Б.15 Начертательная геометрия и инженерная графика (2 семестр)     |                                                                   | Б2.В.03(П) Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности<br>Б3.Б.01(Д) Выпускная квалификационная работа |

### 1.3 Знания, умения, навыки (ЗУВ) по дисциплине

Таблица 3 – Знания, умения, навыки, формируемые дисциплиной

| Код  | Название компетенции                                                                                                        | Знания, умения, навыки (ЗУВ), формируемые дисциплиной                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК-4 | владением компетенциями самосовершенствования (сознание необходимости, потребность и способность обучаться)                 | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– социально-личностные и психологические основы самоорганизации;</li> <li>– теории и концепции профессионального самоопределения и саморазвития;</li> <li>– специфику управления карьерой на уровне гендерной этики и гендерной этики;</li> <li>– технологии и методы управления карьерой;</li> <li>– факторы и предпосылки, обеспечивающие успешность профессиональной карьеры;</li> <li>– теоретические основы ортобиотики;</li> <li>– основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция);</li> <li>– основные мотивы и этапы самообразования.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– познавать себя и определять своё место в сфере профессионального труда в зависимости от этапа деловой жизни;</li> <li>– познавать окружающий мир и других людей;</li> <li>– ставить реальные цели профессионального самодвижения;</li> <li>– увязывать личные профессиональные интересы с интересами других (окружающих) людей и общества;</li> <li>– пользоваться методами самопознания и социальной диагностики в целях управления собственной карьерой;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– методиками самоисследования;</li> <li>– технологией тайм-менеджмента и способами планирования собственного времени жизни;</li> <li>– технологией и методами здоровьесбережения (практической ортобиотикой);</li> <li>– технологией планирования и сопровождения карьеры как системы психологической помощи клиентам на различных этапах жизненного пути;</li> <li>– навыками психологического консультирования клиентов и групп по проблемам карьеры;</li> <li>– навыками самообразования, планирования, оценки результативности и эффективности собственной деятельности.</li> </ul> |
| ОК-6 | способностью организовывать свою работу ради достижения поставленных целей и готовностью к использованию инновационных идей | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– типы профессиональной мобильности (вертикальная и горизонтальная);</li> <li>– структуру профессиональной мобильности (внутренняя потребность в профессиональной мобильности, способность и знаниевая основа профессиональной мобильности, самоосознание личностью своей профессиональной мобильности, сформированное на основе рефлексии готовности к профессиональной мобильности);</li> <li>– условия организации профессиональной мобильности;</li> <li>– различные виды проектов, их суть и назначение;</li> <li>– общую структуру концепции проекта, понимает ее составляющие и принципы их формулирования;</li> <li>– концепции (концептуальные модели) проектов будущей профессиональной деятельности;</li> <li>– правовые и экономические основы разработки и реализации проектов будущей профессиональной деятельности;</li> <li>– структуру проектного (технического) задания в рамках будущей профессиональной деятельности;</li> <li>– системы и стандарты качества, используемые в будущей профессиональной деятельности;</li> <li>– принципы, критерии и правила построения суждений, оценок.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– в рамках поставленной цели сформулировать взаимосвязанные задачи,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|      |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      |                                      | <p>обеспечивающие ее достижение, а также результаты их выполнения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выбирать оптимальный способ решения задачи, учитывая предоставленные в проекте ресурсы и планируемые сроки реализации данной задачи;</li> <li>– представлять в виде алгоритма (по шагам и видам работ) выбранный способ решения задачи;</li> <li>– определять время, необходимое на выполнение действий (работ), предусмотренных в алгоритме;</li> <li>– документально оформлять результаты проектирования;</li> <li>– реализовывать спроектированный алгоритм решения задачи (т. е. получить продукт) за установленное время;</li> <li>– оценивать качество полученного результата;</li> <li>– грамотно, логично, аргументированно формировать собственные суждения и оценки;</li> <li>– составлять доклад по представлению полученного результата решения конкретной задачи, учитывая установленный регламент выступлений;</li> <li>– видеть суть вопроса, поступившего в ходе обсуждения, и грамотно, логично, аргументированно ответить на него;</li> <li>– видеть суть критических суждений относительно представляемой работы и предложить возможное направление ее совершенствования в соответствии с поступившими рекомендациями и замечаниями;</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– способностью формулировать в рамках поставленной цели проекта совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение, определять ожидаемые результаты решения выделенных задач;</li> <li>– навыками решения конкретных задач проекта заявленного качества за установленное время с использованием инновационных идей;</li> <li>– навыками публичного представления результатов решения конкретной задачи проекта;</li> </ul> <p>навыками организации социально-профессиональной мобильности.</p> |
| ОК-8 | способностью работать самостоятельно | <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы самостоятельного планирования трудовой деятельности.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивать свои знания и умения, возможности самостоятельного обучения;</li> <li>- проводить рефлексию проделанной работы.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью организовывать и проводить самостоятельную работу.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## 2 Объём и трудоёмкость дисциплины по видам учебных занятий.

### Формы промежуточной аттестации

Таблица 4 – Объем и трудоемкость дисциплины по видам учебных занятий

| Общая трудоемкость и виды учебной работы по дисциплине, проводимые в разных формах  | Объём часов по формам обучения |                 |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-----------------|------|
|                                                                                     | ОФО                            | ЗФО             | ОЗФО |
| 1 Общая трудоемкость дисциплины                                                     | 108                            | 108             |      |
| 2 Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) | 36                             | 8               |      |
| Аудиторная работа (всего):                                                          | 36                             | 10              |      |
| в том числе:                                                                        |                                |                 |      |
| лекции                                                                              | 18                             | 6               |      |
| практические занятия, семинары                                                      | 18                             | 4               |      |
| в интерактивной форме                                                               |                                |                 |      |
| 3 Самостоятельная работа обучающихся (всего)                                        | 72                             | 94              |      |
| 4. Зачет                                                                            |                                | 4               |      |
| 4 Промежуточная аттестация обучающегося                                             | Зачет<br>5 семестр             | Зачет<br>4 курс |      |

### 3. Учебно-тематический план и содержание дисциплины.

#### 3.1 Учебно-тематический план

Таблица 5 - Учебно-тематический план очной формы обучения

| № недели п/п | Разделы и темы дисциплины по занятиям                                                           | Общая трудоёмкость (всего час.) | Трудоемкость занятий (час.) |          |           |                   |          |           | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|----------|-----------|-------------------|----------|-----------|-----------------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                 |                                 | ОФО                         |          |           | ЗФО               |          |           |                                                                 |
|              |                                                                                                 |                                 | Аудиторн. занятия           |          | СРС       | Аудиторн. занятия |          | СРС       |                                                                 |
|              |                                                                                                 |                                 | лекц.                       | практ.   |           | лекц              | практ.   |           |                                                                 |
|              | Семестр <u>4</u>                                                                                |                                 |                             |          |           |                   |          |           |                                                                 |
|              | <b>Раздел 1. Основы профессиографии</b>                                                         | <b>12</b>                       | <b>2</b>                    | <b>2</b> | <b>8</b>  | <b>2</b>          | <b>0</b> | <b>10</b> |                                                                 |
| 1            | Тенденции развития мира профессий                                                               | 6                               | 2                           | 0        | 4         | 2                 | 0        | 4         | ПР-1, ПР-3                                                      |
| 2            | Социально-психологический климат коллектива                                                     | 6                               | 0                           | 2        | 4         | 0                 | 0        | 6         | УО-1                                                            |
|              | <b>Раздел 2. Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры</b>                  | <b>16</b>                       | <b>4</b>                    | <b>4</b> | <b>8</b>  | <b>2</b>          | <b>0</b> | <b>14</b> |                                                                 |
| 3            | Понятие карьеры и карьерная стратегия                                                           | 4                               | 2                           | 0        | 2         | 2                 | 0        | 2         | ПР-1                                                            |
| 4            | Технологии и методы управления карьерой                                                         | 4                               | 2                           | 0        | 2         | 0                 | 0        | 4         | УО                                                              |
| 5            | Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств, формирование навыков самопрезентации | 4                               | 0                           | 2        | 2         | 0                 | 0        | 4         | ТС-3                                                            |
| 6            | Способы саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и карьерного развития      | 4                               | 0                           | 2        | 2         | 0                 | 0        | 4         | ПР-3                                                            |
|              | <b>Раздел 3. Технология поиска работы</b>                                                       | <b>24</b>                       | <b>4</b>                    | <b>4</b> | <b>16</b> | <b>0</b>          | <b>0</b> | <b>24</b> |                                                                 |

| № недели п/п | Разделы и темы дисциплины по занятиям                                     | Общая трудоёмкость (всего час.) | Трудоемкость занятий (час.) |           |           |                   |          |           | Формы текущего контроля и промежуточной аттестации успеваемости и |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|-----------|-----------|-------------------|----------|-----------|-------------------------------------------------------------------|
|              |                                                                           |                                 | ОФО                         |           |           | ЗФО               |          |           |                                                                   |
|              |                                                                           |                                 | Аудиторн. занятия           |           | СРС       | Аудиторн. занятия |          | СРС       |                                                                   |
|              |                                                                           |                                 | лекц.                       | практ.    |           | лекц              | практ.   |           |                                                                   |
| 7            | Принятие решения о поиске работы                                          | 6                               | 2                           | 0         | 4         | 0                 | 0        | 6         | ПР-1                                                              |
| 8            | Правила составления резюме: понятие, структура, виды резюме               | 6                               | 2                           | 0         | 4         | 0                 | 0        | 6         | ТС-3                                                              |
| 9            | Составление резюме                                                        | 6                               | 0                           | 2         | 4         | 0                 | 0        | 6         | ПР-2                                                              |
| 10           | Собеседования                                                             | 6                               | 0                           | 2         | 4         | 0                 | 0        | 6         | ПР-2                                                              |
|              | <b>Раздел 4. Профессиональное взаимодействие в коллективе</b>             | <b>24</b>                       | <b>4</b>                    | <b>2</b>  | <b>18</b> | <b>0</b>          | <b>2</b> | <b>22</b> |                                                                   |
| 11           | Процесс формирования и развития личности в организации                    | 6                               | 2                           | 0         | 4         | 0                 | 0        | 6         | УО, ТС-3                                                          |
| 12           | Командообразование                                                        | 6                               | 1                           | 0         | 5         | 0                 | 0        | 6         | УО                                                                |
| 13           | Адаптация человека к организационному окружению и изменение его поведения | 6                               | 1                           | 0         | 5         | 0                 | 0        | 6         | УО                                                                |
| 14           | Межличностное деловое сотрудничество в коллективе                         | 6                               | 0                           | 2         | 4         | 0                 | 2        | 4         | ПР-2                                                              |
|              | <b>Раздел 5. Разработка проекта «Построение карьеры»</b>                  | <b>36</b>                       | <b>4</b>                    | <b>6</b>  | <b>26</b> | <b>2</b>          | <b>2</b> | <b>26</b> |                                                                   |
| 15           | Проектирование профессионального успеха                                   | 16                              | 2                           | 0         | 14        | 0                 | 2        | 10        | ПР-2                                                              |
| 16           | Разработка проекта «Построение карьеры»                                   | 20                              | 2                           | 6         | 12        | 0                 | 0        | 16        | ПР-2                                                              |
| 14           | Промежуточная аттестация - зачет                                          |                                 |                             |           |           |                   |          | 4         | зачет                                                             |
|              | <b>ИТОГО:</b>                                                             | <b>108</b>                      | <b>18</b>                   | <b>18</b> | <b>72</b> | <b>6</b>          | <b>4</b> | <b>98</b> |                                                                   |

УО - устный опрос, УО-1 - собеседование, УО-2 - коллоквиум, УО-3 - зачет, УО-4 – экзамен, ПР - письменная работа, ПР-1 - тест, ПР-2 - контрольная работа, ПР-3 эссе, ПР-4 - реферат, ПР-5 - курсовая работа, ПР-6 - научно-учебный отчет по практике, ПР-7 - отчет по НИРС, ИЗ – индивидуальное задание; ТС - контроль с применением технических средств, ТС-1 - компьютерное тестирование, ТС-2 - учебные задачи, ТС-3 - комплексные ситуационные задачи.

### 3.2. Содержание занятий по видам учебной работы

Таблица 6 – Содержание дисциплины

| № п/п    | Наименование раздела, темы дисциплины    | Содержание занятия                                                                                                                                                                                             |
|----------|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | <b>Семестр 4</b>                         |                                                                                                                                                                                                                |
|          | <i>Содержание лекционного курса</i>      |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>1</b> | <b>Раздел 1 «Основы профессиографии»</b> |                                                                                                                                                                                                                |
| 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      | Социально-                               | Понятие социально-психологического климата.                                                                                                                                                                    |

| №<br>п/п                                                                       | Наименование раздела,<br>темы дисциплины                    | Содержание занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                | психологический климат коллектива                           | Принципы функционирования профессионального коллектива. Роль корпоративных норм и стандартов; Понятие «стратегия сотрудничества», нравственно-профессиональные и социально - психологические принципы организации деятельности членов коллектива; особенности взаимодействия в коллективе                                                                                                                                                                      |
| <b>Раздел 2. Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры</b> |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 2.1                                                                            | Понятие карьеры и карьерная стратегия                       | Понятие «карьера» в узком и широком смысле. Карьера и личностное самоопределение человека. Теории и концепции профессионального самоопределения и саморазвития; специфика управления карьерой на уровне гендерной этики и гендерной эмики; типология карьеры. Этапы карьеры. Мотивация карьерного роста. Гендерные особенности карьеры. Принципы и правила карьерной стратегии. Основные направления успешного планирования карьеры.                           |
| 2.2                                                                            | Технологии и 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.                      |
| <b>Раздел 3. Технология поиска работы</b>                                      |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 3.1                                                                            | Принятие решения о поиске работы                            | Проблемы, стоящие перед соискателем. Методики самоисследования. Оценка своих сильных и слабых сторон. Построение фундамента успеха, проведение SWOT-анализа. Технология тайм - менеджмента                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 3.2                                                                            | Правила составления резюме: понятие, структура, виды резюме | Цели и понятие написания резюме. Отличие резюме от автобиографии. Структура резюме. Ошибки при составлении резюме                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Раздел 4. Профессиональное взаимодействие в коллективе</b>                  |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 4.1                                                                            | Процесс формирования и развития личности в организации      | Роль корпоративных норм и стандартов; принципы функционирования профессионального коллектива, суть понятия «стратегия сотрудничества»; нравственно-профессиональные и социально - психологические принципы организации деятельности членов коллектива; социальные, этнические, конфессиональные и межкультурные особенности взаимодействия в коллективе. Алгоритм разработки плана последовательных шагов (дорожной карты) для достижения заданного результата |
| 4.2                                                                            | Командообразование                                          | Нормы и правила деятельности группы/команды. Эффективное взаимодействие со всеми членами коллектива, формулировка высказываний и обоснование предложений в адрес руководителя или в процессе группового обсуждения и принятия решений.                                                                                                                                                                                                                         |
| 4.3                                                                            | Адаптация человека к                                        | Вхождение человека в организацию. Обучение при                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

| № п/п | Наименование раздела, темы дисциплины                                                            | Содержание занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | организационному окружению и изменение его поведения                                             | вхождении в организацию. Изменение поведения посредством научения. Научение поведению в организации. Процесс сознательного научения поведению в организации. Научение поведению и модификация поведения человека в организации. Суть понятия «стратегия сотрудничества», эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|       | <b>Раздел 5. Разработка проекта «Построение карьеры»</b>                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 5.1   | Проектирование профессионального успеха                                                          | Понятия проект и проектирование. Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя. Этапы проектирования. Замысел проекта и личностное самоопределение автора проекта. 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. различные виды проектов, их суть и назначение; общая структура концепции проекта, концепции (концептуальные модели) проектов будущей профессиональной деятельности; правовые и экономические основы разработки и реализации проектов будущей профессиональной деятельности; структура проектного (технического) задания в рамках будущей профессиональной деятельности; системы и стандарты качества, используемые в будущей профессиональной деятельности |
|       | <i>Содержание практических занятий</i>                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|       | <b>Раздел 1. Основы профессиографии</b>                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 1.1   | Социально-психологический климат коллектива                                                      | Понятие социально-психологического климата. Принципы функционирования профессионального коллектива. Роль корпоративных норм и стандартов; Понятие «стратегия сотрудничества», нравственно-профессиональные и социально - психологические принципы организации деятельности членов коллектива; особенности взаимодействия в коллективе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 2     | <b>Раздел 2. Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 2.1   | 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.2   | Способы саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и                           | Система непрерывного образования: понятие, этапы, виды профессионального образования. Роль повышения квалификации на протяжении всей жизни как необходимого условия профессионального роста.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

| № п/п    | Наименование раздела, темы дисциплины                         | Содержание занятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | карьерного развития                                           | Профессиональная переподготовка. Характер профессионального образования и профессиональная мобильность. Типы профессиональной мобильности (вертикальная и горизонтальная); структура профессиональной мобильности (внутренняя потребность в профессиональной мобильности, способность и знаниевая основа профессиональной мобильности, самоосознание личности своей профессиональной мобильности, сформированное на основе рефлексии готовность к профессиональной мобильности); условия организации профессиональной мобильности; Построение модели профессионального продвижения |
|          | <b>Раздел 3. Технология поиска работы</b>                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 3.1      | Составление резюме                                            | Анализ готовых резюме. Составление собственного резюме                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 3.2      | Собеседования                                                 | Характеристика собеседований. Виды собеседований. Подготовка к собеседованию. Поведение на собеседовании. Вопросы, которые могут задавать на собеседовании. Типичные ошибки, допускаемые при собеседовании.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>4</b> | <b>Раздел 4. Профессиональное взаимодействие в коллективе</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 4.1      | Межличностное деловое сотрудничество в коллективе             | Формы и особенности совместной трудовой деятельности. Эффективные технологии межличностного делового общения. Социально-психологические принципы организации деятельности членов команды. Деловые индивидуальные беседы и совещания. Факторы, определяющие успех делового публичного выступления                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>5</b> | <b>Раздел 5. Разработка проекта «Построение карьеры»</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 5.1      | Разработка проекта «Построение карьеры»                       | Понятия проект и проектирование. Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя. Этапы проектирования. Замысел проекта и личностное самоопределение автора проекта. 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. Алгоритм работы по проекту. Защита проекта                                                                                            |

| № п/п | Наименование раздела, темы дисциплины | Содержание занятия |
|-------|---------------------------------------|--------------------|
|       | Промежуточная аттестация - зачет      |                    |

#### **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 - Балльно-рейтинговая оценка результатов учебной работы обучающихся по видам (БРС)

| Учебная работа (виды)                                                                    | Сумма баллов                        | Виды и результаты учебной работы                                         | Оценка в аттестации                                                                                                                                                                                                | Баллы (19 недель)                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Текущая учебная работа в семестре (Посещение занятий по расписанию и выполнение заданий) | 60                                  | Лекционные занятия (конспект) (16 занятий)                               | 0,5 балла посещение 1 лекционного занятия                                                                                                                                                                          | 9 - 17                                         |
|                                                                                          |                                     | Лабораторные работы (отчет о выполнении лабораторной работы) (16 работ). | 1 балл - посещение 1 практического занятия и выполнение работы на 51-65%<br>2 балла – 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:<br>5 баллов (выполнено 51 - 65% заданий)<br>7 балла (выполнено 66 - 85% заданий)<br>8 балла (выполнено 86 - 100% заданий)                                                                      | 20 - 32                                        |
|                                                                                          |                                     | Реферат (по разделу 4 или 5 на выбор)                                    | 4 балла (пороговое значение)<br>10 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                  | 4 - 15                                         |
|                                                                                          |                                     | Итого по текущей работе в семестре                                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                |
| Промежуточная аттестация (зачет)                                                         | 40 (100% /баллов приведенной шкалы) | Тест.                                                                    | 3 балла (пороговое значение)<br>10 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                  | 6 - 10                                         |
|                                                                                          |                                     | Решение задачи 1.                                                        | 3 балла (пороговое значение)<br>5 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                   | 6 - 12                                         |
|                                                                                          |                                     | Решение задачи 2.                                                        | 3 балла (пороговое значение)<br>5 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                   | 6 - 12                                         |
|                                                                                          |                                     | Решение задачи 3.                                                        | 3 баллов (пороговое значение)<br>5 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                  | 6 - 12                                         |
|                                                                                          |                                     | Решение задачи 4.                                                        | 3 балла (пороговое значение)<br>5 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                   | 6 - 12                                         |
|                                                                                          |                                     | Решение задачи 5.                                                        | 3 балла (пороговое значение)<br>5 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                   | 6 - 16                                         |
|                                                                                          |                                     | Решение задачи 6.                                                        | 3 балла (пороговое значение)<br>5 баллов (максимальное значение)                                                                                                                                                   | 9 - 26                                         |
| Итого по промежуточной аттестации (зачет)                                                |                                     |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                    | (51 – 100% по приведенной шкале)<br>20 – 40 б. |
| Суммарная оценка по дисциплине: Сумма баллов текущей и промежуточной аттестации          |                                     |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                    | 51 – 100 б.                                    |

Для обучающихся заочной формы обучения в текущей учебной работе в семестре (по графику – в период ТО) планируется выполнение 4 контрольной работы, за которые назначаются баллы, включаемые в общий объем баллов за текущую работу в семестре

(см. таблицу 7). Обучающемуся по ЗФО задание на контрольную работу выдается на установочной сессии. Примеры тем / заданий для контрольных работ и порядок их выбора / утверждения приведены в п. 6.1 данной программы.

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

### **5.1 Учебная литература**

#### **Основная учебная литература**

1. Пряжников, Н. С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Н. С. Пряжников, Л. С. Румянцева. - Москва : Академия, 2013. - 208 с. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - ISBN 978-5-7695-9156-3.- Текст: непосредственный.
2. Пряжников, Н. С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / Н. С. Пряжников, Л. С. Румянцева. - Москва : Академия, 2013. - 208 с. - (Высшее профессиональное образование. Бакалавриат). - ISBN 978-5-7695-9156-3. – Текст: непосредственный.

#### **Дополнительная учебная литература**

1. Резник, С. Д. Студент вуза: технологии и организация обучения : учебник / С.Д. Резник, И.А. Игошина ; под общ. ред. д-ра экон. наук, проф. С.Д. Резника. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 391 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-16-014782-6. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1003449> (дата обращения: 06.01.2021). – Текст: электронный.
2. Исаченко, И. И. Основы самоменеджмента : учебник / И.И. Исаченко. — Москва : ИНФРА-М, 2019. — 312 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-005304-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1004402> (дата обращения: 06.01.2021). – Текст : электронный.
3. Новикова, Г. В. Основы планирования профессиональной деятельности : учебное пособие для вузов / Г. В. Новикова ; Кемеровский гос. Ун-т, Новокузнецкий ин-т (филиал). – Новокузнецк : [б. и.], 2015. – 139 с. - ISBN 5-8353-0418-8. - URL: <https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/4092/read.php> (дата обращения: 06.01.2021). - Текст : электронный.

### **5.2 Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины**

Учебные занятия по дисциплине проводятся в учебных аудиториях корпуса № 5 НФИ КЕМГУ:

**340/5** Учебная аудитория (мультимедийная) для проведения:

- занятий лекционного типа;
- занятий семинарского (практического) типа;
- групповых и индивидуальных консультаций;
- текущего контроля, промежуточной аттестации.

Специализированная (учебная) мебель: доска меловая, кафедра, столы, стулья.

Оборудование: *стационарное* - компьютер, проектор, экран.

Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО). Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.

**106/5** Помещение для самостоятельной работы обучающихся.

Специализированная (учебная) мебель: столы, стулья, доска меловая.

Оборудование: *стационарное* - компьютеры (4 шт.).

Используемое программное обеспечение: MSWindows (MicrosoftImaginePremium 3 year по лицензионному договору № 1212/KMP от 12.12.2018 г. до 12.12.2021 г.), LibreOffice (свободно распространяемое ПО).

Интернет с обеспечением доступа в ЭИОС.

### **5.3 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.**

#### **Перечень СПБД и ИСС по дисциплине**

1. Общедоступная база данных профессиональных сообществ и их членов, Портал Профессиональные стандарт, режим доступа <http://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-informatsionnyy-blok/spravochniki-i-klassifikatory-i-bazy-dannykh/centralnyj-katalog-professionalnyh-soobsestv/>

2. База данных публикаций журнала Образование и общество, Федеральный портал Российское образование [www.edu.ru](http://www.edu.ru), единое окно доступа к информационным ресурсам <http://window.edu.ru/resource/525/2525>

3. База данных Минэкономразвития РФ «Информационные системы Министерства в сети Интернет», режим доступа <http://economy.gov.ru/minec/about/svsystems/infosystems/>

4. База данных правовых актов «КонсультантПлюс»: комп. справ. правовая система / компания «КонсультантПлюс». — Электрон. прогр.—[Электронный ресурс] Режим доступа: <http://base.consultant.ru>, свободный. — Загл. с экрана.

### **6. Иные сведения и (или) материалы.**

#### **6.1. Примерные темы письменных учебных работ**

1. Определение понятия «профессия», современный мир профессий
2. Классификация профессий, в соответствии с предметами и целями деятельности, предложенная Е. А.Климовым.
3. Основные типы профессий, их характеристика
4. Понятие социально-психологического климата.
5. Принципы функционирования профессионального коллектива
6. Роль корпоративных норм и стандартов.
7. Понятие «стратегия сотрудничества».
8. Особенности взаимодействия в коллективе.
9. Понятие «карьера» в узком и широком смысле.
10. Карьера и личностное самоопределение человека.
11. Типология карьеры и этапы карьеры.
12. Мотивация карьерного роста
13. Принципы и правила карьерной стратегии.

14. Факторы, способствующие карьерному росту
15. Основные компоненты профессиональной карьеры.
16. Формирование профессиональных компетенций
17. Перспективы карьерного роста.
18. Индивидуальные особенности личности и выбор типа и вида профессиональной карьеры.
19. Характер профессионального образования и профессиональная мобильность.
20. Принятие решения о поиске работы
21. Правила составления резюме
22. Характеристика собеседований. Виды собеседований.
23. Типичные ошибки, допускаемые при собеседовании
24. Роль корпоративных норм и стандартов
25. Принципы функционирования профессионального коллектива
26. Социальные, этнические, конфессиональные и межкультурные особенности взаимодействия в коллективе
27. Командообразование.
28. Нормы и правила деятельности группы/команды.
29. Эффективное взаимодействие со всеми членами коллектива.
30. Проект и проектирование.
31. Замысел проекта и личностное самоопределение автора проекта.
32. Планирование этапов карьерного роста
33. Этап реализации проекта
34. Коррекция проекта по итогам самоконтроля
35. Концепции (концептуальные модели) проектов будущей профессиональной деятельности;
36. Структура проектного (технического) задания в рамках будущей профессиональной 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b><i>Раздел 1. Основы профессиографии</i></b> |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 1.1.Тенденции развития мира профессий          | 1. Понятия «профессия», современный мир профессий, тенденции в развитии.<br>2.Классификация профессий, в соответствии с предметами и целями деятельности, предложенная Е. А. Климовым | 1. Стоит ли в наше время честно трудиться? Почему?<br>2. Стоит ли учиться после школы, ведь можно и так хорошо устроиться?<br>3. Вопрос в виде задания: даны три буквы (М, Н, С) — за 3 мин надо написать названия профессий, начинающихся с этих букв (неплохой результат — более 17 профессий).<br>4. Кем бы вы хотели стать (по профессии) через 20—30 лет?<br>5. Составить по данному разделу тестовые задания (3-5)<br>6. Опишите способности, личностные качества и ценности, |

|                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | типичные хобби, соответствующие профессии, согласно классификации профессий Е. А.Климова                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 1.2.Социально-психологический климат коллектива                                | 1.Понятие социально-психологического климата.<br>2.Принципы функционирования профессионального коллектива.<br>3.Понятие «стратегия сотрудничества».<br>4.Нравственно-профессиональные и социально - психологические принципы организации деятельности членов коллектива; особенности взаимодействия в коллективе                                                                                              | 1. Выявить самоконтроль в общении, составить рекомендации.<br>2. По какому принципу формируется команда?<br>3. Какой этап развития команды требует минимальных усилий руководителя при ее формировании?<br>4. Охарактеризуйте комплекс нравственных, психолого-педагогических качеств личности.<br>5.Рассмотреть служебные коллективы, формирование и развитие. Социальная и социально-психологическая структура группы (команды, отряда).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Раздел 2. Современные подходы к проектированию профессиональной карьеры</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Понятие карьеры и карьерная стратегия                                          | 1.Карьера и личностное самоопределение человека.<br>2.Теории и концепции профессионального самоопределения и саморазвития; специфика управления карьерой на уровне гендерной этики и гендерной эмики.<br>3.Типология карьеры. Этапы карьеры. Мотивация карьерного роста.<br>4.Гендерные особенности карьеры. 5.Принципы и правила карьерной стратегии. 6.Основные направления успешного планирования карьеры. | 1.Самодиагностика, разработка рекомендаций.<br>Вы уверены в себе, если:<br>осознаете свою неповторимую индивидуальность, преимущества и недостатки;<br>чувствуете себя достойным любви и уважения других людей;<br>стараетесь ни при каких обстоятельствах не унижаться и не заискивать;<br>знаете приемы рационального поведения в различных жизненных ситуациях;<br>искренне выражаете свои мысли и чувства, избегая лжи и лицемерия;<br>всегда думаете и анализируете происходящее, не полагаясь только на прошлый опыт, мнение большинства, авторитетных личностей и традиции;<br>легко высказываете собственное мнение в любом коллективе;<br>успешно выступаете перед публикой;<br>умеете убедить в своей правоте и настоять на своем;<br>выбираете наилучшую стратегию и тактику поведения в конфликтных ситуациях;<br>умеете достойно реагировать на критику, замечания, оскорбления;<br>доброжелательны к людям, |

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p>принимаете их такими, какими они есть.</p> <p>Вы не уверены в себе, если:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• робеете и смущаетесь в самых простых житейских ситуациях;</li> <li>• постоянно нуждаетесь в помощи, поддержке или одобрении других людей;</li> <li>• не проявляете инициативы, а ждете указаний и распоряжений от других;</li> <li>• избегаете выяснения отношений, споров и конфликтных ситуаций;</li> <li>• молча сносите обиды и унижения или даже оправдываетесь;</li> <li>• позволяете собой манипулировать, использовать себя в чужих интересах;</li> <li>• не высказываете своего мнения, не задаете вопросов, боясь показаться глупым;</li> <li>• у вас тихий, дрожащий голос с хрипотой и покашливаниями;</li> <li>• вы молчаливы и замкнуты в себе, избегаете лишних контактов с людьми;</li> <li>• вам трудно отказывать другим людям, говорить «нет».</li> </ul> <p>2. Составить «Портфолио»</p> |
| Технологии и методы управления карьерой | <p>1. Факторы и предпосылки, обеспечивающие успешность профессиональной карьеры.</p> <p>2. Теоретические основы ортобиотики; основные функциональные компоненты процесса самоорганизации (целеполагание, анализ ситуации, планирование, самоконтроль и коррекция).</p> <p>3. Планирование и развитие карьеры работника предпринимательской организации и путей, ведущих к их достижению.</p> <p>4. Способы достижения</p> | <p>1. Составить по данному разделу тестовые задания (3-5).</p> <p>2. Спланируйте карьеру:</p> <p>Фаза № 1 — нахождение целей: «чего Я хочу?» (цели должны быть ясными).</p> <p>Фаза № 2 — ситуационный анализ: «что Я могу?» (регистрация личных ресурсов).</p> <p>Фаза № 3 — формулирование целей: «к чему Я приступаю?» (конкретные практические цели с четкими результатами и сроками).</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                 | успешной карьеры, разнообразие подходов к ее типологии.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Развитие индивидуальных способностей и личностных качеств, формирование навыков самопрезентации | <p>1. Понятие самооценки как условия успешности функционирования личности в профессиональной среде.</p> <p>2. Учет потребностей рынка и собственных склонностей и потребностей в формировании себя в качестве специалиста.</p> <p>3. Сопоставление профессиональных планов с состоянием здоровья, образовательным потенциалом, личностными особенностями.</p> <p>4. Индивидуальные особенности личности и выбор типа и вида профессиональной карьеры.</p> | <p>1. Проведите самопрезентацию:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• поддержание чувства собственной уникальности;</li> <li>• демонстрация своей принадлежности к определенной среде;</li> <li>• утверждение желательной «Я-концепции» и укрепление самооценки;</li> <li>• получение социальной, материальной выгоды;</li> <li>• повышение привлекательности, получение одобрения и уважения.</li> <li>• сохранение и увеличение власти, влияния.</li> </ul> <p>2. Подготовьте программу для развития успешной самопрезентации личных и профессиональных качеств</p> |
| Способы саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и карьерного развития      | <p>1. Роль повышения квалификации на протяжении всей жизни как необходимого условия профессионального роста.</p> <p>2. Профессиональная переподготовка.</p> <p>3. Типы профессиональной мобильности.</p> <p>3. Построение модели профессионального продвижения</p>                                                                                                                                                                                        | Составьте дорожную карту саморазвития и самосовершенствования навыков для личностного и карьерного развития                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Раздел 3. Технология поиска работы</b>                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Принятие решения о поиске работы                                                                | <p>1. Проблемы, стоящие перед соискателем.</p> <p>2. Методики самоисследования.</p> <p>3. Оценка своих сильных и слабых сторон.</p> <p>4. Построение фундамента успеха, проведение</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>1. Определите индивидуальные особенности восприятия времени.</p> <p>2. Осознание понятия «капитал времени» через визуальную технику.</p> <p>3. Выявление поглотителей времени.</p> <p>4. Определить гибкие и жесткие дела.</p> <p>5. Тайм-менеджмент: Представьте, что сегодня Ваш последний день.</p> <p>6. Тайм-менеджмент: Занимайтесь</p>                                                                                                                                                                                                                              |

|                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                               | SWOT-анализа.<br>5.Технология тайм - менеджмента                                                                                                                                                                                                     | планированием.<br>7. Тайм-менеджмент: Фильтруйте информацию.<br>8. Тайм-менеджмент: Исключайте со своей жизни «пожирателей времени»! |
| Правила составления резюме: понятие, структура, виды резюме   | 1.Цели и понятие написания резюме.<br>2.Отличие резюме от автобиографии.<br>3.Структура резюме.<br>4.Ошибки при составлении резюме                                                                                                                   | Анализ готовых резюме.<br>Составление собственного резюме                                                                            |
| Собеседования                                                 | 1.Характеристика собеседований.<br>2.Виды собеседований.<br>3.Подготовка к собеседованию.<br>Поведение на собеседовании.<br>4.Вопросы, которые могут задавать на собеседовании. Типичные ошибки, допускаемые при собеседовании                       | 1. Составить критерии собеседования.<br>2.Составить проект собеседования.<br>3.Проанализировать.                                     |
| <b>Раздел 4. Профессиональное взаимодействие в коллективе</b> |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                      |
| Процесс формирования и развития личности в организации        | 1.Роль корпоративных норм и стандартов; принципы функционирования профессионального коллектива .<br>2.Стратегия сотрудничества.<br>3.Нравственно-профессиональные и социально - психологические принципы организации деятельности членов коллектива. | Разработать Алгоритм разработки плана последовательных шагов (дорожной карты) для достижения заданного результата                    |
| Командообразование                                            | 1.Нормы и правила деятельности группы/команды.<br>2.Эффективное взаимодействие со всеми членами коллектива, формулировка высказываний и обоснование предложений в адрес руководителя или в процессе группового                                       | 1.Разработайте стратегическую игру на командообразование.<br>2.Проанализируйте ее влияние на развитие личности и коллектива          |

|                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                           | обсуждения и принятия решений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                    |
| Адаптация человека к организационному окружению и изменение его поведения | <p>1.Вхождение человека в организацию. Обучение при вхождении в организацию.</p> <p>2.Изменение поведения посредством научения. Научение поведению в организации.</p> <p>3.Процесс сознательного научения поведению в организации. Научение поведению и модификация поведения человека в организации.</p> <p>4.Суть понятия «стратегия сотрудничества», эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели.</p> | <p>1.Практикум по стратегии партнерства.</p> <p>2.Анализ видов стратегического сотрудничества.</p> <p>3. Сотрудничество на основе способностей</p> |
| Межличностное деловое сотрудничество в коллективе                         | <p>1.Формы и особенности совместной трудовой деятельности.</p> <p>2.Эффективные технологии межличностного делового общения.</p> <p>3.Социально-психологические принципы организации деятельности членов команды.</p> <p>4.Деловые индивидуальные беседы и совещания.</p> <p>5.Факторы, определяющие успех делового публичного выступления.</p>                                                                                                     | Организация деловой игры «Деловое общение»                                                                                                         |
| <b>Раздел 5. Разработка проекта «Построение карьеры»</b>                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                    |

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Проектирование профессионального успеха | <p>1.Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя.</p> <p>2.Сбор информации по проблеме проекта и предпроектный анализ проблем (выделение и построение иерархии целей с имеющимися ресурсами).</p> <p>3.Планирование этапов карьерного роста.</p> | <p>1. Разработка проекта.</p> <p>2.Коррекция проекта по итогам самоконтроля. различные виды проектов, их суть и назначение.</p> <p>3.Общая структура концепции проекта, концепции (концептуальные модели) проектов будущей профессиональной деятельности; правовые и экономические основы разработки и реализации проектов будущей профессиональной деятельности; структура проектного (технического) задания в рамках будущей профессиональной деятельности; системы и стандарты качества, используемые в будущей профессиональной деятельности</p> |
| Разработка проекта «Построение карьеры» | <p>1.Карьерный рост и личностное развитие как предмет проектирования самого себя.</p> <p>2.Этапы проектирования</p>                                                                                                                                                              | <p>1. Составить резюме.</p> <p>2.Разработка критериев оценки проекта «Построение карьеры»</p> <p>2.Защита проекта</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |