

Б1.В.01  
шифр дисциплины

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины  
(модуля)

Саморазвитие и планирование карьеры

---

Разработчик (и):

Порцель А.К.

ФИО

профессор кафедры СГД

должность

доктор ист.наук, доцент

ученая степень,  
звание

Утверждено на заседании кафедры

социально-гуманитарных дисциплин

наименование кафедры

протокол № 6 от 21.02.2022 г.

Заведующий кафедрой социально-

гуманитарных дисциплин

  
подпись

Волкова Т.П.  
ФИО

## Пояснительная записка

Объем дисциплины 2 з.е.

**1. Результаты обучения по дисциплине (модулю),** соотнесенные с индикаторами достижения компетенций, установленными образовательной программой

| Компетенции   | Индикаторы достижения компетенций   | Результаты обучения по дисциплине (модулю)  |
|---|---|---|
| <b>УК-6</b> Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки | ИД-1 <sub>УК-6</sub> Устанавливает цели и приоритеты собственной деятельности при планировании и реализации траектории профессионального развития<br>ИД-2 <sub>УК-6</sub> Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной деятельности на основе самооценки. | Знать: методики самооценки, самоконтроля и саморазвития.<br>Уметь: решать задачи собственного личностного и профессионального развития, определять и реализовывать приоритеты.<br>Владеть: технологиями и навыками управления своей познавательной деятельностью и ее совершенствования |

### 2. Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Карьера и ее типы

*Понятие карьеры. Типы карьеры. Этапы карьеры. Фазы профессионального роста.*

*Планирование карьеры.*

Тема 2. Организация поведения.

*Персональная эффективность. DISC-язык.*

Тема 3. Самоорганизация.

*Карьерные цели. SWOT-анализ. «Колесо жизни». Иерархия потребностей.*

Тема 4. Социальная организация и социальное развитие.

*Обучение взрослых. Индивидуальный план развития.*

Тема 5. Гендерные аспекты развития карьеры.

*Гендер. Гендерная идентичность. Гендерные отношения.*

### 3. Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины (модуля)

- мультимедийные презентационные материалы по дисциплине (модулю) представлены в электронном курсе в ЭИОС МГТУ;

- методические указания к выполнению практических работ представлены в электронном курсе в ЭИОС МГТУ;

- методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) представлены на официальном сайте МГТУ в разделе «Информация по образовательным программам, в том числе адаптированным».

### 4. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)

Является отдельным компонентом образовательной программы, разработан в форме отдельного документа, представлен на официальном сайте МГТУ в разделе «Информация по образовательным программам, в том числе адаптированным». ФОС включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины (модуля);

- задания текущего контроля;

- задания промежуточной аттестации;

- задания внутренней оценки качества образования.

**5. Перечень основной и дополнительной учебной литературы** (печатные издания, электронные учебные издания и (или) ресурсы электронно-библиотечных систем)

**Основная литература:**

Голованова И.И. Саморазвитие и планирование карьеры. – Казань: КГУ, 2013  
<https://search.rsl.ru/ru/record/01006624430>

- <https://knigogid.ru/books/735416-samorazvitie-i-planirovanie-karery>

- <http://dis.konflib.ru/metodichki-psihologiya/733540-1-samorazvitie-planirovanie-kareri-kazanskiy-universitet-2013-udk-15990758-bbk-8852ya73-pechataetsya-rekomendacii-uchenogo.php>

**Дополнительная литература**

Киселева Е.В. Планирование и развитие карьеры. – Вологда, 2010. - <http://metodichka.x-pdf.ru/15raznoe/448048-6-e-kiseleva-planirovanie-razvitie-kareri-uchebnoe-posobie-ologda-bbk-u2916k-rekomendovano-izdaniyu-redakcionno-izda.php>

Планирование развития карьеры и личности – КубГАУ,  
<https://kubsau.ru/upload/iblock/15d/15dcc3f1430b5830bb2e949fc4c27255.pdf>

Психология управления / Под ред. В.В.Вахниной. - М., 2020. -  
<http://yurpsy.com/files/biblio/psyupr/07.htm>

**6. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1. Электронный каталог библиотеки МГТУ с возможностью ознакомиться с печатным вариантом издания в читальных залах библиотеки – <http://ito.edu.ru/>
2. ЭБС «Университетская библиотека онлайн – <http://biblioclub.ru/>
3. ЭБС «IPRbooks» – <http://iprbookshop.ru/>
4. ЭБС «Консультант студента. Электронная библиотека технического вуза» – <http://www.studentlibrary.ru/>
5. ЭБС «Издательство Лань – <https://e.lanbook.com/>

**7. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

1. Операционная система Microsoft Windows Vista Business Russian Academic OPEN
2. Офисный пакет Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN
3. Система оптического распознавания текста ABBYY FineReader Corporate 9.0

**8. Обеспечение освоения дисциплины лиц с инвалидностью и ОВЗ**

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ОВЗ обеспечиваются печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

**9. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)** представлено в приложении к ОПОП «Материально-технические условия реализации образовательной программы» и включает:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой магистратуры, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения;
- помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде МГТУ;

Допускается частичная замена оборудования его виртуальными аналогами.

## 10. Распределение трудоемкости по видам учебной деятельности

Таблица 1 - Распределение трудоемкости

| Вид учебной деятельности                 | Распределение трудоемкости дисциплины (модуля) по формам обучения |             |
|--|---|-------------|
|  | Очная   |             |
|  | Семестр   | Всего часов |
|  | 3   |             |
| Лекции                                   | 6   | 6           |
| Практические занятия                     | 12  | 12          |
| Самостоятельная работа                   | 54  | 54          |
| <b>Всего часов по дисциплине</b>         | <b>72</b>   | <b>72</b>   |
| / из них в форме практической подготовки | -   | -           |

### Формы промежуточной аттестации и текущего контроля

|                       |     |     |
|-----------------------|-----|-----|
| Зачет/зачет с оценкой | +/- | 1/- |
|-----------------------|-----|-----|

### Перечень практических занятий по формам обучения

| № п\п | Темы практических занятий |
|-------|---------------------------|
| 1     | 2                         |
|       | Очная форма               |
| 1     | Карьера и ее типы         |
| 2     | Организация поведения     |
| 3     | Самоорганизация           |
| 4     | Социальная организация    |
| 5     | Гендерные аспекты карьеры |