



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ИГО  
Т.Е. Абрамзон

11.02.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**  
**ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМОРАЗВИТИЕ**

Направление подготовки (специальность)  
49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль/специализация) программы  
Спортивный менеджмент и судейство спортивных соревнований

Уровень высшего образования - бакалавриат

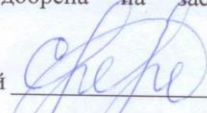
Форма обучения  
очная

|                     |                                                |
|---------------------|------------------------------------------------|
| Институт/ факультет | Институт гуманитарного образования             |
| Кафедра             | Педагогического образования и документоведения |
| Курс                | 1                                              |
| Семестр             | 2                                              |

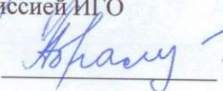
Магнитогорск  
2020 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения 30.01.2020, протокол № 5

Зав. кафедрой  С.С. Великанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО 11.02.2020 г. протокол № 5

Председатель  Т.Е. Абрамзон

Согласовано:

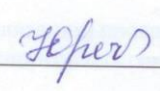
Зав. кафедрой Спортивного совершенствования

 В.В. Алонцев

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры ПОиД, канд. пед. наук  И.В. Кашуба

Рецензент:

доцент кафедры ДиСО, канд. пед. наук  С.Н. Юревич

Наименование дисциплины

Институт гуманитарного образования

Кафедра

Педагогическое образование и документоведение

Курс

1

Семестр

2

Министерство

2020 год



## Лист актуализации рабочей программы

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2021 - 2022 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022 - 2023 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2023 - 2024 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Педагогического образования и документоведения

Протокол от \_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ С.С. Великанова

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

формирование профессионально-личностных качеств бакалавра

### **2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина «Личностно-профессиональное саморазвитие» входит в обязательную часть учебного плана образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплины "Обществознание" в объеме средней общеобразовательной школы

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Учебная - ознакомительная практика

Теоретические основы подготовки вожатого

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Проектная деятельность

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины (модуля) «Личностно-профессиональное саморазвитие» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

| Код индикатора | Индикатор достижения компетенции                                                                                                            |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-6           | Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни |
| УК-6.1         | Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей            |
| УК-6.2         | Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста                                              |
| УК-6.3         | Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста       |

#### 4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 34,95 акад. часов;
- аудиторная – 34 акад. часов;
- внеаудиторная – 0,95 акад. часов
- самостоятельная работа – 73,05 акад. часов;

Форма аттестации - зачет

| Раздел/ тема дисциплины                                                                  | Семестр | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |           |             | Самостоятельная работа студента | Вид самостоятельной работы                                                      | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код компетенции              |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------------------------------------------|-----------|-------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------|
|                                                                                          |         | Лек.                                         | лаб. зан. | практ. зан. |                                 |                                                                                 |                                                                 |                              |
| 1. Раздел 1 Психология                                                                   |         |                                              |           |             |                                 |                                                                                 |                                                                 |                              |
| 1.1 Личностно-профессиональное саморазвитие                                              | 2       | 2                                            |           | 2           | 6                               | Изучение основной и дополнительной литературы по дисциплине, конспекта лекций   | Устный опрос<br>Консультации<br>Выполнение задания 1            | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| 1.2 Индивидуально-типические характеристики человека и индивидуальный стиль деятельности |         | 2                                            |           | 2           | 10                              | Изучение основной и дополни-тельной литературы по дисцип-лине, конспекта лекций | Устный опрос<br>Консультации                                    | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| 1.3 Психологическая характеристика личности: характер, способности, направленность       |         | 3                                            |           | 2           | 12,05                           | Изучение основной и дополни-тельной литературы по дисцип-лине, конспекта лекций | Устный опрос<br>Консультации                                    | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| 1.4 Интеллектуальная сфера личности                                                      |         | 2                                            |           | 2           | 10                              | Изучение основной и дополни-тельной литературы по дисцип-лине, конспекта лекций | Устный опрос<br>Консультации                                    | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| 1.5 Эмоционально-волевая сфера личности                                                  |         | 2                                            |           | 2           | 9                               | Изучение основной и дополнительной литературы по дисциплине, конспекта лекций   | Устный опрос<br>Консультации<br>Выполнение задания 2            | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |

|                                                        |   |    |  |    |       |                                                                                 |                                                              |                              |
|--------------------------------------------------------|---|----|--|----|-------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Итого по разделу                                       |   | 11 |  | 10 | 47,05 |                                                                                 |                                                              |                              |
| 2. Раздел 2.Личность в системе межличностных отношений |   |    |  |    |       |                                                                                 |                                                              |                              |
| 2.1 Социализация                                       | 2 | 2  |  | 2  | 10    | Изучение основной и дополни-тельной литературы по дисцип-лине, конспекта лекций | Устный опрос<br>Консультации<br>Выполнение задания 3         | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| 2.2 Общение                                            |   | 2  |  | 3  | 6     | Изучение основной и дополни-тельной литературы по дисцип-лине, конспекта лекций | Устный опрос<br>Консультации                                 | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| 2.3 Семья как объект развития личности                 |   | 2  |  | 2  | 10    | Изучение основной и дополни-тельной литературы по дисцип-лине, конспекта лекций | Устный опрос<br>Консультации<br>Выполнение итогового задания | УК-6.1,<br>УК-6.2,<br>УК-6.3 |
| Итого по разделу                                       |   | 6  |  | 7  | 26    |                                                                                 |                                                              |                              |
| Итого за семестр                                       |   | 17 |  | 17 | 73,05 |                                                                                 | зачёт                                                        |                              |
| Итого по дисциплине                                    |   | 17 |  | 17 | 73,05 |                                                                                 | зачет                                                        |                              |

## **5 Образовательные технологии**

1. Традиционные образовательные технологии ориентируются на организацию образовательного процесса, предполагающую прямую трансляцию знаний от преподавателя к студенту

Формы учебных занятий с использованием традиционных технологий:

Информационная лекция

Семинар

Практическое занятие, посвященное освоению конкретных умений и навыков по предложенному алгоритму.

2. Технологии проблемного обучения.

Формы учебных занятий с использованием технологий проблемного обучения:

Проблемная лекция

Лекция «вдвоем» (бинарная лекция)

Практическое занятие в форме практикума .

Практическое занятие на основе кейс-метода. Кейсы базируются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

3. Игровые технологии – организация образовательного процесса, основанная на реконструкции моделей поведения в рамках предложенных сценарных условий.

Формы учебных занятий с использованием игровых технологий:

Учебная игра.

Деловая игра.

Ролевая игра .

4. Технологии проектного обучения.

Основные типы проектов:

Исследовательский проект

Творческий проект.

Информационный проект.

5. Интерактивные технологии – организация образовательного процесса, которая предполагает активное и нелинейное взаимодействие всех участников, достижение на этой основе личностно- значимого для них образовательного результата. Наряду со специализированными технологиями такого рода принцип интерактивности прослеживается в большинстве современных образовательных технологий. Интерактивность подразумевает субъект-субъектные отношения в ходе образовательного процесса и, как следствие, формирование саморазвивающейся информационно-ресурсной среды.

Формы учебных занятий с использованием специализированных интерактивных технологий:

Лекция «обратной связи» – лекция–провокация

Семинар-дискуссия

6. Информационно-коммуникационные образовательные технологии :

Лекция-визуализация – изложение содержания сопровождается презентацией (демонстрацией учебных материалов, представленных в различных знаковых системах, в т.ч. иллюстративных, графических, аудио- и видеоматериалов).

Практическое занятие в форме презентации.

Чат-занятия.

Веб-занятия.

Телеконференции.

## **6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Представлено в приложении 1.



## **7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

Представлены в приложении 2.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература:**

1. Блинов, В. И. Организационно-педагогическое сопровождение группы (курса) обучающихся : учебное пособие для вузов / В. И. Блинов, И. С. Сергеев ; под общей редакцией В. И. Блинова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 133 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09146-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/453509>
2. Елисеева, Л. Я. Педагогика и психология планирования карьеры : учебное пособие для вузов / Л. Я. Елисеева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 242 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09493-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/454309>
3. Пряжников, Н. С. Профориентология : учебник и практикум для академического бакалавриата / Н. С. Пряжников. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 405 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-01541-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/432844>

### **б) Дополнительная литература:**

1. Горленко, О. А. Управление персоналом : учебник для вузов / О. А. Горленко, Д. В. Ерохин, Т. П. Можаяева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 249 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00547-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/452413>
2. Ефимова, Н. С. Социальная психология : учебник для бакалавров / Н. С. Ефимова, А. В. Литвинова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 442 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-2807-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/425183>
3. Кашапов, М. М. Профессиональное становление педагога. Психолого-акмеологические основы : учебное пособие для вузов / М. М. Кашапов, Т. В. Огородова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 183 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08306-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/454223>

### **в) Методические указания:**

1. Личностно-профессиональное саморазвитие: лекции : учебное пособие [для вузов] / составители: И. В. Кашуба, С. С. Великанова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2020. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL : <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4123.pdf&show=dcatalogues/1/1535267/4123.pdf&view=true> (дата обращения: 25.09.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.
2. Личностно-профессиональное саморазвитие: практикум : практикум [для вузов] / составители: И. В. Кашуба, С. С. Великанова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2020. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. - URL : <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=4122.pdf&show=dcatalogues/1/1535266/4122.pdf&view=true> (дата обращения: 25.09.2020). - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM.

**г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

**<https://www.biblio-online.ru/bcode/450244>** Спиридонов, В. Ф. Психология мышления. Решение задач и проблем : учебное пособие для вузов / В. Ф. Спиридонов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 323 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08295-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/450244>

**<https://www.biblio-online.ru/bcode/449903>** Панина, С. В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник и практикум для вузов / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 312 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04267-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/449903>

**<https://www.biblio-online.ru/bcode/433362>** Мотивация и стимулирование трудовой деятельности : учебник и практикум для академического бакалавриата / Е. А. Родионова, В. И. Доминьяк, Г. Жушман, М. А. Экземпляров ; под редакцией Е. А. Родионовой. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 279 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-01566-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL:

**<https://www.biblio-online.ru/bcode/451117>** Мотивация и стимулирование трудовой деятельности : учебник и практикум для вузов / С. Ю. Трапицын [и др.] ; под общей редакцией С. Ю. Трапицына. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 314 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8271-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/451117>

**Программное обеспечение**

| Наименование ПО                        | № договора                | Срок действия лицензии |
|----------------------------------------|---------------------------|------------------------|
| MS Windows 7 Professional(для классов) | Д-1227-18 от 08.10.2018   | 11.10.2021             |
| MS Office 2007 Professional            | № 135 от 17.09.2007       | бессрочно              |
| 7Zip                                   | свободно распространяемое | бессрочно              |
| FAR Manager                            | свободно распространяемое | бессрочно              |

**Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

| Название курса                                                                                            | Ссылка                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»                         | <a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>                               |
| Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования                 | URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>      |
| Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам                                    | URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>                                    |
| Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова                                                       | <a href="http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp">http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp</a> |
| Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of science» | <a href="http://webofscience.com">http://webofscience.com</a>                                     |

|                                                                                                      |                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий                   | <a href="http://scopus.com">http://scopus.com</a>                                   |
| Международная база справочных изданий по всем отраслям знаний SpringerReference                      | <a href="http://www.springer.com/references">http://www.springer.com/references</a> |
| Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий «Springer Nature» | <a href="https://www.nature.com/siteindex">https://www.nature.com/siteindex</a>     |

### **9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа. Оснащение: Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации.

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Оснащение: Доска, мультимедийный проектор, экран

Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Оснащение: Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Оснащение: Стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

**«Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся»**

**Методические рекомендации к самостоятельной работе студентов**

Самостоятельная работа как вид учебного труда выполняется студентами без непосредственного участия преподавателя, но организуется и управляется им. Самостоятельная работа студентов осуществляется в соответствии с объемом и структурой, предусмотренными учебными планами и графиками текущего контроля. Самостоятельная работа студентов предполагает выполнение следующих видов работ: конспектирование, реферирование научной литературы, решение тестовых заданий, подготовка к семинарским и практическим занятиям, выполнение практических работ и др.

Изучение и анализ литературных источников является обязательным видом самостоятельной работы студентов, имея своей задачей проследить характер постановки и решения определенной проблемы различными авторами, аргументацию их выводов и обобщений, провести анализ и систематизировать полученный материал на основе собственного осмысления с целью выяснения современного состояния вопроса. На основании данного рода работ студенты готовят устные сообщения, которые заслушиваются на практических занятиях.

**Темы для самостоятельной работы**

1. Этапы процесса самосовершенствования.
2. Направления профессионального развития (в содержательном плане).
3. Этапы личного плана работы по самосовершенствованию.
4. Структурные изменения личности в процессе личностно-профессионального развития.
5. Развитие психики в процессе онтогенеза и филогенеза.
6. Психические явления.
7. Темперамент и пути его приспособления к требованиям деятельности.
8. Половозрастные особенности человека.
9. Характер и его формирование.
10. Способности, их характеристика и структура.
11. Направленность и её виды.
12. Потребностно-мотивационная сфера личности.
13. Интеллектуальная сфера личности.
14. Мышление.
15. Память.
16. Эмоционально-волевая сфера личности.
17. Социализация, её основные этапы и условия.
18. Цели, ценности и ценностные ориентации личности.
19. Межличностные отношения.
20. Межгрупповые отношения и взаимодействия.
21. Социально-психологические закономерности общения.
22. Общение как информационный процесс.
23. Общение как взаимодействие (интеракция).
24. Общение как восприятие и понимание человека человеком (социальная перцепция).
25. Общение в группе.
26. Профессиональное общение.
27. Семья как объект развития личности.
28. Матрица Эйзенхауэра (принцип Эйзенхауэра или Метод Эйзенхауэра)

29. Принцип Парето (закон Парето или принцип 20/80)
30. Диаграмма Ганта
31. Хронометраж
32. Список задач или to do list.
33. Постановка целей по схеме SMART.
34. Личностные качества руководителя, влияющие на эффективность управления.
35. Психологические аспекты принятия управленческих решений.
36. Основные ошибки при принятии решений (обусловленные психологическими факторами).
37. Групповые методы решения управленческих задач.
38. Свойства качественных управленческих решений.
39. Контроль реализации управленческих решений.
40. Мотивирование деятельности персонала.

### **Задание №1**

Составьте свой собственный тезаурус (словарь понятий) из 50 терминов.

### **Задание №2**

Подберите блок диагностических методик, способных отследить личностно-профессиональное саморазвитие работника направления, по которому Вы обучаетесь. Обоснуйте.

### **Задание №3**

Какие решения можете принять Вы, как директор предприятия того направления, по которому Вы обучаетесь, по мотивации личностно-ориентированного саморазвития работников. Обоснуйте.

### **Итоговое задание**

Продиагностируйте себя минимум по семи диагностическим методикам и составьте собственный психологический портрет по следующему плану:

1. Название теста.
2. Результат теста.
3. Распишите как этот результат проявляется именно у вас;
4. Пропишите рекомендации себе для личностно-ориентированного саморазвития.

### Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

| Код индикатора                                                                                                                                           | Индикатор достижения компетенции                                                                                                 | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b> |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| УК-6.1                                                                                                                                                   | Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей | <p><b>Перечень теоретических вопросов:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цели, ценности и ценностные ориентации личности.</li> <li>2. Темперамент и пути его приспособления к требованиям деятельности.</li> <li>3. Половозрастные особенности человека.</li> <li>4. Характер и его формирование.</li> <li>5. Способности, их характеристика и структура.</li> <li>6. Направленность и её виды.</li> <li>7. Потребностно-мотивационная сфера личности.</li> <li>8. Интеллектуальная сфера личности.</li> <li>9. Мышление.</li> <li>10. Память.</li> <li>11. Эмоционально-волевая сфера личности.</li> <li>12. Социализация, её основные этапы и условия.</li> <li>13. Межличностные отношения.</li> <li>14. Межгрупповые отношения и взаимодействия.</li> <li>15. Социально-психологические закономерности общения.</li> <li>16. Общение как информационный процесс.</li> <li>17. Общение как взаимодействие (интеракция).</li> <li>18. Общение как восприятие и понимание человека человеком (социальная перцепция).</li> <li>19. Общение в группе.</li> <li>20. Профессиональное общение.</li> <li>21. Семья как объект развития личности.</li> </ol> <p><b>Тематика сообщений и докладов</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Матрица Эйзенхауэра (принцип Эйзенхауэра или Метод Эйзенхауэра)</li> <li>2. Принцип Парето (закон Парето или принцип 20/80)</li> <li>3. Диаграмма Ганта</li> </ol> |

|         |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         |                                                                                                | <p>4. Хронометраж</p> <p>5. Список задач или to do list.</p> <p>6. Постановка целей по схеме SMART.</p> <p><b>Практическое задание</b></p> <p>Подберите блок диагностических методик, способных отследить личностно-профессиональное саморазвитие работника направления, по которому Вы обучаетесь. Обоснуйте.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| УК-6.2: | Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста | <p><b>Перечень теоретических вопросов к зачету:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие психики в процессе филогенеза.</li> <li>2. Развитие психики в процессе онтогенеза.</li> <li>3. Этапы процесса самосовершенствования.</li> <li>4. Направления профессионального развития (в содержательном плане).</li> <li>5. Этапы личного плана работы по самосовершенствованию.</li> <li>6. Структурные изменения личности в процессе личностно-профессионального развития.</li> </ol> <p><b>Тематика сообщений и докладов</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие профессионально-личностное саморазвитие в трудах отечественных и зарубежных исследователей.</li> <li>2. Особенности профессионального самосознания у представителей разных профессий.</li> <li>3. Стадии профессионального развития.</li> <li>4. Самоактуализация как высший уровень саморазвития личности.</li> <li>5. Стадии профессионального развития Д. Сьюпера.</li> <li>6. Адаптационная модель саморазвития.</li> <li>7. Причины профессиональной деформации.</li> <li>8. Профилактика профессиональной деформации.</li> <li>9. Кризис профессионального саморазвития: причины, пути развития.</li> <li>10. Креативная личность: понятие, признаки, приемы развития профессиональной</li> </ol> |

|         |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         |                                                                                                                                       | <p>креативности.</p> <p>11. Стресс: его причины и профилактика.</p> <p><b>Практическое задание</b></p> <p>Какие решения можете принять Вы, как директор предприятия того направления, по которому Вы обучаетесь, по мотивации личностно-ориентированного саморазвития работников. Обоснуйте.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| УК-6.3: | Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста | <p><b>Перечень теоретических вопросов к зачету:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Личностные качества руководителя, влияющие на эффективность управления.</li> <li>2. Психологические аспекты принятия управленческих решений.</li> <li>3. Основные ошибки при принятии решений (обусловленные психологическими факторами).</li> <li>4. Групповые методы решения управленческих задач.</li> <li>5. Свойства качественных управленческих решений.</li> <li>6. Контроль реализации управленческих решений.</li> <li>7. Мотивирование деятельности персонала.</li> </ol> <p><b>Тематика задания</b></p> <p>На основании составленного психологического автопортрета составьте траекторию собственного профессионального роста в соответствии с требованиями рынка труда.</p> <p><b>Практическое задание</b></p> <p>Продиагностируйте себя минимум по семи диагностическим методикам и составьте психологический автопортрет по следующему плану:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Название теста.</li> <li>2. Результат теста.</li> <li>3. Распишите как этот результат проявляется именно у вас;</li> <li>4. Пропишите рекомендации себе для личностно-ориентированного саморазвития.</li> </ol> |



**б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Личностно-профессиональное саморазвитие» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме зачета.

Зачет по данной дисциплине проводится в устной форме по вопросам (1 вопрос) и с предъявлением всех выполненных заданий.

**Показатели и критерии оценивания зачета:**

Зачет студент получает в том случае, если представил психологический автопортрет, сделал доклад по заданной теме и показал совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыл основные положения вопросов; усвоил основную и знаком с дополнительной литературой, рекомендованной программой.

Зачет не ставится, если, студент показывает полную неподготовленность по курсу.