



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
Л.Н. Санникова

02.02.2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОРАЗВИТИЯ

Направление подготовки (специальность)
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы
Психолого-педагогическое сопровождение личности в непрерывном образовании

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения
очная

Институт/ факультет	Институт гуманитарного образования
Кафедра	Социальной работы и психолого-педагогического образования
Курс	4
Семестр	7


Магнитогорск
2026 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 122)


Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Социальной работы и психолого-педагогического образования 26.01.2026, протокол № 5

Зав. кафедрой  Е.В. Олейник

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО 02.02.2026 г. протокол № 6

Председатель  Л.Н. Санникова

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры СРиППО, канд. пед. наук  Г.В. Слепухина

Рецензент:

зам.директора по социальным вопросам МУ "Комплексный центр социального обслуживания населения" Правобережного района г. Магнитогорска Челябинской области, канд. пед. наук  Н.Ю. Андрусyak



Лист актуализации рабочей программы

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2027 - 2028 учебном году на заседании кафедры Социальной работы и психолого-педагогического образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ Е.В. Олейник

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2028 - 2029 учебном году на заседании кафедры Социальной работы и психолого-педагогического образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ Е.В. Олейник

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2029 - 2030 учебном году на заседании кафедры Социальной работы и психолого-педагогического образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ Е.В. Олейник

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2030 - 2031 учебном году на заседании кафедры Социальной работы и психолого-педагогического образования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ Е.В. Олейник

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

формирование представлений о профессиональной деятельности и личности профессионала, развитие компетенций студентов в сферах саморазвития,самообразования, позволяющих осуществлять в ходе профессиональной деятельности психолого-педагогическое сопровождение учащихся

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Психология профессионального саморазвития входит в обязательную часть учебного плана образовательной программы.

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

Учебная - практика по получению первичных профессиональных умений и навыков

Производственная - летняя педагогическая практика

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Производственная - педагогическая практика

Личностно-профессиональное саморазвитие

Экспедиция обучения служением

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

Производственная – преддипломная практика

Производственная - проектно-технологическая практика

Проектная деятельность

Выполнение и защита выпускной квалификационной работы

Организация профессиональной деятельности педагога-психолога

Тренинг психологического общения

Управление развитием и саморазвитием

Психолого-педагогический практикум

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

В результате освоения дисциплины (модуля) «Психология профессионального саморазвития» обучающийся должен обладать следующими

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения,развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
ОПК-6.1	Осуществляет отбор и применение психолого-педагогических технологий для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся
ПК-2	Способен к психолого-педагогическому сопровождению обучающихся
ПК-2.1	Проводит психологическую диагностику обучающихся
ПК-2.2	Осуществляет психологическое консультирование субъектов образовательного процесса
ПК-2.3	Осуществляет профессиональную деятельность, направленную на

	сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся
ПК-3	Способен разрабатывать программно-методическое обеспечение реализации индивидуальной образовательной программы
ПК-3.1	Проектирует совместно с обучающимися индивидуальные образовательные маршруты освоения
ПК-3.2	Организует реализацию индивидуального образовательного маршрута

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

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

- контактная работа – 52,8 академических часов;
- аудиторная – 50 академических часов;
- внеаудиторная – 2,8 академических часов;
- самостоятельная работа – 19,5 академических часов;
- в форме практической подготовки – 4 академических часов;
- подготовка к экзамену – 35,7 академических часов

Форма аттестации - экзамен

Раздел/ тема дисциплины	Семестр	Аудиторная контактная работа (в академических часах)			Самостоятельная работа	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лекции	Семинары	Практические занятия				
1. Проблема профессионального саморазвития и профессионального выбора	1.							
1.1 Профессиональное развитие личности	7	2		4	2	Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию Составить глоссарий ключевых слов	Выступление на семинаре Устный опрос Глоссарий понятий	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-3.1, ПК-3.2
1.2 Профессиональное самоопределение личности. Методологические подходы к проблеме профессионального саморазвития				2	2	Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию Подготовить презентацию по теме "Методологические подходы к проблеме профессионального саморазвития"	Выступление на семинаре Проверка индивидуального задания Презентация по теме "Методологические подходы к проблеме профессионального саморазвития"	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-3.1, ПК-3.2
1.3 Профессиональное самоопределение как первый этап профессионального саморазвития		2	4	2	2	Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к	Выступление на семинаре Проверка индивидуального задания	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-3.1, ПК-3.2

						семинарскому занятию Составить интеллектуальную схему "Профессиональное самоопределение" Подобрать методики исследования профессионального самоопределения личности		
1.4 Этап самоактуализации в профессиональном саморазвитии	2		2	1		Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию	Выступление на семинаре Проверка индивидуального задания	ОП К-6.1, ПК - 2.1, ПК
1.5 Этап профессиональной самореализации	2	2	2	1		Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию	Выступление на семинаре Проверка индивидуального задания	ОП К-6.1, ПК - 2.1, ПК
Итого по разделу	8	6	1	8				
2. Управление профессиональным развитием и саморазвитием								
2.1 Активность личности как движущая сила профессионального саморазвития		6		3		Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию	Выступление на семинаре Устный опрос Проверка индивидуального задания	ОП К-6.1, ПК - 2.1, ПК
2.2 Мотивационный компонент профессионального саморазвития	7	2	4	4	4	Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию	Выступление на семинаре Устный опрос Проверка индивидуального задания	ОП К-6.1, ПК - 2.1, ПК
2.3 Карьера и жизненный путь личности		4	4	4,5		Работа с литературой и электронными источниками Подготовка к семинарскому занятию	Банк методик Выступление на семинаре	ОП К-6.1, ПК - 2.1, ПК
Итого по разделу	2	1	8	1				
Итого за семестр	1	2	2	1			экзамен	
Итого по дисциплине	1	2	2	1			экзамен	

5 Образовательные технологии

В ходе освоения курса предусмотрено использование следующих форм обучения, а.и. коммуникативно-информационные технологии (использование мультимедиа на лекционных занятиях), диалоговые технологии (использование диспутов и дискуссий на практических занятиях), технологии учебно-поисковой деятельности (поиск информации с последующей презентацией результатов в виде докладов, рефератов, сообщений), кейс-метод (анализ конкретных ситуаций).

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 **а) Основная литература:**

1. Кашуба, И. В. Личностно-профессиональное саморазвитие : практикум / И. В.Кашуба, С. С. Великанова. - Москва : Директ-Медиа, 2022. - 92 с. - ISBN 978-5-4499-3112-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2141598> (датаобращения: 03.04.2025)

2. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития : учебное пособие для вузов / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 234 с. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/541417>

3. Яремчук, С. В. Саморазвитие и субъективное благополучие современной молодежи : монография / С.В. Яремчук, Е.Ф. Новгородова ; под ред. Е.А. Неживой. — Москва : ИНФРА-М, 2021. — 142 с. — (Научная мысль). — DOI 10.12737/7523. - ISBN 978-5-16-010513-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1238782> (дата обращения: 03.04.2025)

б) Дополнительная литература:

Созинова, М. В. Практикум по самообразованию и саморазвитию специалистов социальной сферы : учебное пособие / М. В. Созинова, О. Г. Липницкая. — Санкт-Петербург : СПбГУП, 2022. — 63 с. — ISBN 978-5-7621-1190-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/444314>

в) Методические указания:

Методические рекомендации для студентов по подготовке к учебной и научно-исследовательской работе. Сост. Е.В. Олейник, С.Н. Испулова. Магнитогорск: Изд-во Магнитогорск. гос. техн.ун-та им. Г.И. Носова, 2025. 60 с.

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно	бессрочно
FAR Manager	свободно	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные

Название курса	Ссылка
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И.Носова	https://host.megaprolib.net/MP0109/Web
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Приложение 1

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

Перечень тем для подготовки к практическим занятиям:

1. Проблема профессионального саморазвития и профессионального выбора

1.1. Профессиональное саморазвитие личности

1. Профессиональное развитие как личностный и социально значимый феномен
2. Профессиональная деятельность и ее роль в развитии личности
3. Фазы развития профессионализма личности (оптант, адепт, адаптант, интернал, мастер, авторитет, наставник)
4. Понятие профессиональной пригодности.
5. Критерии профессионального отбора
6. Профессиональная готовность. Виды профессиональной готовности. Содержание профессиональной готовности специалиста (ориентировочный, потребностно-мотивационный, исполнительный компоненты, готовность к профессиональному и личностному самоутверждению, устойчивость психики к стрессовым факторам)
7. Фазы развития профессионализма
8. Кризисы профессионального развития

1.2. Профессиональное самоопределение личности. Методологические подходы к проблеме профессионального саморазвития

1. Понимание «саморазвитие личности» в разных психологических концепциях
 2. Социальные и психологические основы профессиональной самореализации
- Задание.
1. Раскрыть содержание понятий «саморазвитие», «самоактуализация», «самореализация», «самотрансценденция»
 2. Подготовить презентацию (8-10 слайдов) на одну из тем (по выбору): 1. Саморазвитие как управление собственным развитием. 2. Профессиональное самосовершенствование.

1.3. Профессиональное самоопределение как первый этап профессионального саморазвития

1. Профессиональное саморазвитие как деятельность
2. Проявление готовности личности к жизненному и профессиональному самоопределению и саморазвитию
3. Условия саморазвития и оптимизации профессиональных достижений личности
4. Пути определения перспектив профессионального саморазвития личности: адаптация, саморазвитие, стагнация

1.4. Самоактуализация и самореализация как этапы профессионального саморазвития

1. Сущностная характеристика профессиональной самореализации
2. Барьеры на пути профессиональной самореализации
3. Технология управления временем в личностном профессиональной саморазвитии и самореализации
4. Самоорганизация личности как фактор профессиональной самореализации
5. Профессиональные деструкции личности, их виды и причины
6. Профессиональные деформации специалистов социномических профессий

2. Управление профессиональным развитием и саморазвитием

2.1. Активность личности как движущая сила профессионального саморазвития

1. Человек как субъект саморазвития
2. Самоорганизация личности как динамический процесс
3. Самоорганизация личности как фактор профессиональной самореализации
4. Психологический тип стиля мышления, общения и поведения специалиста
5. Стратегии преодоления психологических барьеров профессионального развития
6. Стратегии профессиональное самосохранения

Задание

1. Постройте индивидуальную траекторию профессионального обучения, используя приведенный алгоритм.

Алгоритм построения индивидуальной образовательной траектории обучения

1. Сформулируйте свою образовательную цель (Цель – это предполагаемый результат деятельности. Постановка цели – прогноз предполагаемого результата)
 2. Определите задачи (Задачи позволяют разработать план действий по достижению цели)
 3. Выберите формы и методы обучения, которые помогут эффективно усвоить учебный материал
 4. Определите формы и методы контроля, которые будут предпочтительны для вас
- Требования: Выполнение задания возможно в виде таблицы, графического изображения, презентации

2.2. Мотивационный компонент профессионального саморазвития

1. Мотивации и их определение в различных видах деятельности
2. Профессиональная направленность

Задания.

1. Подобрать методики, позволяющие выявить мотивации профессиональной деятельности и направленность на саморазвитие
2. Провести методики на 2 испытуемых и составить их психологический портрет

2.3. Карьера и жизненный путь личности

1. Карьера и ее формирование
3. Личностное целеполагание

Задание.

1. Подобрать методики, позволяющие выявить карьерное развитие и тип карьеры
3. Провести методики на 2 испытуемых и составить их психологический портрет

Приложение 2

Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

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

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями		
ОПК-6.1:	Осуществляет отбор и применение психолого-педагогических технологий для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся	Теоретические вопросы 1. Понимание «саморазвитие личности» в разных психологических концепциях 2. Социальные и психологические основы профессиональной самореализации 3. Мотивации и их определение в различных видах деятельности 4. Профессиональная направленность 5. Карьера и жизненный путь личности 6. Карьера и ее формирование 7. Личностное целеполагание Задание. 8. Подобрать методики, позволяющие выявить карьерное развитие и тип карьеры 9. Провести методики на 2 испытуемых и составить их психологический портрет
ПК-2: Способен к психолого-педагогическому сопровождению обучающихся		
ПК-2.1	Проводит психологическую диагностику обучающихся	Теоретические вопросы Задания. 1. Подобрать методики, позволяющие выявить мотивации профессиональной деятельности и направленность на саморазвитие 2. Провести методики на 2 испытуемых и составить их психологический портрет
ПК-2.2	Осуществляет психологическое консультирование субъектов образовательного процесса	Теоретические вопросы 1. Профессиональное развитие как личностный и социально значимый феномен 2. Профессиональная деятельность и ее роль в развитии личности 3. Фазы развития профессионализма личности (оптант, адепт, адаптант, интернал, мастер, авторитет, наставник) 4. Понятие профессиональной пригодности

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		5. Критерии профессионального отбора 6. Профессиональная готовность. Виды профессиональной готовности. Содержание профессиональной готовности специалиста (ориентировочный, потребностно-мотивационный, исполнительный компоненты, готовность к профессиональному и личностному самоутверждению, устойчивость психики к стрессовым факторам) 7. Фазы развития профессионализма 8. Кризисы профессионального развития
ПК-2.3	Осуществляет профессиональную деятельность, направленную на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся	Теоретические вопросы 1. Человек как субъект саморазвития 2. Самоорганизация личности как динамический процесс 3. Самоорганизация личности как фактор профессиональной самореализации 4. Психологический тип стиля мышления, общения и поведения специалиста 5. Стратегии преодоления психологических барьеров профессионального развития 6. Стратегии профессиональное самосохранения 7. Задание. 8. Раскрыть содержание понятий «саморазвитие», «самоактуализация», «самореализация», «самотрансценденция» 1. Подготовить презентацию (8-10 слайдов) на одну из тем (по выбору): 1. Саморазвитие как управление собственным развитием. 2. Профессиональное самосовершенствование.
ПК-3: Способен разрабатывать программно-методическое обеспечение реализации индивидуальной образовательной программы		
ПК-3.1	Проектирует совместно с обучающимися индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательных программ	Задание 1. Постройте индивидуальную траекторию профессионального обучения, используя приведенный алгоритм. 2. Алгоритм построения индивидуальной образовательной траектории обучения 3. Сформулируйте свою образовательную цель (Цель – это предполагаемый результат деятельности. Постановка цели – прогноз предполагаемого результата) 4. Определите задачи (Задачи позволяют разработать план действий по достижению цели) 5. Выберите формы и методы обучения,

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		<p>которые помогут эффективно усвоить учебный материал</p> <p>6. Определите формы и методы контроля , которые будут предпочтительны для вас</p> <p>7. Требования: Выполнение задания возможно в виде таблицы, графического изображения, презентации</p>
ПК-3.2	Организует реализацию индивидуального образовательного маршрута	<p>Задание</p> <p>1. Постройте индивидуальную траекторию профессионального обучения, используя приведенный алгоритм.</p> <p>2. Алгоритм построения индивидуальной образовательной траектории обучения</p> <p>3. Сформулируйте свою образовательную цель (Цель – это предполагаемый результат деятельности. Постановка цели – прогноз предполагаемого результата)</p> <p>4. Определите задачи (Задачи позволяют разработать план действий по достижению цели)</p> <p>5. Выберите формы и методы обучения, которые помогут эффективно усвоить учебный материал</p> <p>6. Определите формы и методы контроля , которые будут предпочтительны для вас</p> <p>7. Требования: Выполнение задания возможно в виде таблицы, графического изображения, презентации</p>

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

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

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психология профессионального саморазвития» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме экзамена.

В процессе подготовки к зачету следует опираться на рекомендованную для этих целей научную и учебную литературу: основную и дополнительную, для этого можно воспользоваться информационными ресурсами в библиотеке ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова».

Критерии оценки (в соответствии с формируемыми компетенциями и планируемыми результатами обучения):

– на оценку **«отлично»** (5 баллов) – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует

знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности, выполняет все практические задания.

– на оценку **«хорошо»** (4 балла) – обучающийся демонстрирует средний уровень сформированности компетенций: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

– на оценку **«удовлетворительно»** (3 балла) – обучающийся демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

– на оценку **«неудовлетворительно»** (2 балла) – обучающийся демонстрирует знания не более 20% теоретического материала, допускает существенные ошибки и испытывает значительные затруднения при выполнении практических заданий.

– на оценку **«неудовлетворительно»** (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач, не способен выполнить практические задания.