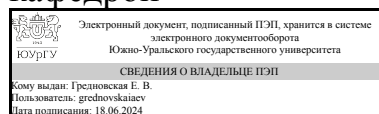


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



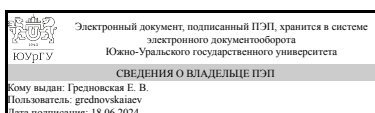
Е. В. Гредновская

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.М0.14.01 Профессионально-личностное саморазвитие
для направления 47.04.01 Философия
уровень Магистратура
магистерская программа Цифровое общество и технологическая этика
форма обучения очно-заочная
кафедра-разработчик Философия

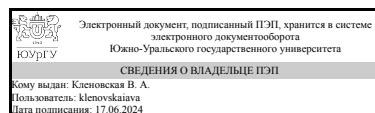
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 47.04.01 Философия, утверждённым приказом Минобрнауки от 13.08.2020 № 1012

Зав.кафедрой разработчика,
к.филос.н., доц.



Е. В. Гредновская

Разработчик программы,
старший преподаватель



В. А. Кленовская

1. Цели и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины «Профессионально-личностное саморазвитие» является повышение уровня личностной зрелости обучающихся для эффективного включения студентов в инклюзивное образовательное пространство на основе осознания своих индивидуальных возможностей и способностей. Необходимость достижения результатов образования на уровне магистратуры связано со становлением личности обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и освоением им механизмов социальной и профессиональной адаптации, а также умения разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития, формирования мотивации и личностных стимулов непрерывного самообразования для реализации в учебной и профессиональной деятельности в современных социально-экономических условиях.

Краткое содержание дисциплины

Понятие о личности в психологии. Личность и профессия человека. Эмоции и чувства, их роль в профессиональной деятельности человека. Волевая регуляция поведения человека. Самооценка и уровень притязаний. Понятие направленности личности. Общие и специальные способности. Учет особенностей личности при выборе профессии. Этапы профессионального становления личности: оптация, профессиональная подготовка, профессиональная адаптация, профессиональное мастерство. Профессиональная пригодности и непригодность. Постановка жизненных и профессиональных целей. Саморазвитие как результат профессионального творчества. Структура профессионального самосознания: сознание своей принадлежности к определенной профессиональной общности; знание, мнение о степени своего соответствия профессиональным эталонам; знание человека о степени его признания в профессиональной группе; знание о своих сильных и слабых сторонах, путях самосовершенствования, вероятных зонах успехов и неудач; представление о себе и своей работе в будущем. Характеристики профессионального саморазвития (А.К.Маркова): профессиональное самосознание, принятие себя как профессионала; постоянное самоопределение; саморазвитие профессиональных способностей, самопроектирование. Стадии профессионального развития Д.Сьюпера (пробуждение, исследование, консолидация, сохранение, спад).

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	Знает: основы и сущность профессионального самоопределения и профессионального развития; комплекс понятий: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения; свои индивидуальные профессиональные возможности и способности; роль и значение индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических

	условиях производства; механизмы социальной адаптации в коллективе; свои характерологические особенности и возможное их влияние на практику общения в коллективе. Умеет: толерантно воспринимать людей, учитывая их социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; распознавать индивидуальные характерологические особенности, цели, мотивы и состояния; осуществлять осознанный выбор траектории собственного профессионального обучения; планировать и составлять временную перспективу своего будущего, ставить задачи профессионального и личностного развития; выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению; разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития; адекватно использовать права инвалидов в различных жизненных и профессиональных ситуациях. Имеет практический опыт: формирования временной перспективы будущего: личных целей, планов профессиональной деятельности и выбора путей их осуществления; владения основными технологиями интеллектуально-личностного саморазвития; организации совместной учебной, социокультурной и профессиональной деятельности коллектива; приемами психологической защиты от негативных, травмирующих переживаний; осознанного применения норм закона, относящихся к правам инвалидов с точки зрения их реализации в конкретных жизненных и профессиональных ситуациях.
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знает: основы планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда. Умеет: подвергать критическому анализу проделанную работу; находить и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития. Имеет практический опыт: выявления стимулов для саморазвития; определения реалистических целей профессионального роста.

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	Теория коммуникации и медиафилософии, Научно-методологический семинар

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Нет

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 ч., 38,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		1
Общая трудоёмкость дисциплины	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	32	32
Лекции (Л)	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	16
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	69,75	69,75
Подготовка к зачету	10	10
Подготовка к написанию глоссария	15	15
Подготовка к работе с первоисточником	9,75	9.75
Подготовка к прохождению теста	15	15
Подготовка к семинару-дискуссии	20	20
Консультации и промежуточная аттестация	6,25	6,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Саморазвитие личности: теоретико- методологические основы	6	4	2	0
2	Социально-правовая поддержка профессионального становления	4	2	2	0
3	Технологии интеллектуально- личностного саморазвития	6	2	4	0
4	Социально- коммуникативные основы профессионально-личностного саморазвития	6	2	4	0
5	Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	6	4	2	0
6	Профилактика профессионального выгорания специалиста	4	2	2	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Саморазвитие личности: теоретико- методологические основы	4
2	2	Социально-правовая поддержка профессионального становления	2
3	3	Технологии интеллектуально- личностного саморазвития	2
4	4	Социально- коммуникативные основы профессионально- личностного саморазвития	2
5	5	Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	4
6	6	Профилактика профессионального выгорания специалиста	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Саморазвитие личности: теоретико- методологические основы	2
2	2	Социально-правовая поддержка профессионального становления	2
3	3	Технологии интеллектуально- личностного саморазвития	4
4	4	Социально- коммуникативные основы профессионально- личностного саморазвития	4
5	5	Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	2
6	6	Профилактика профессионального выгорания специалиста	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Подготовка к зачету	Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития [Текст] учеб. пособие для вузов по направлению "Психология" Э. Ф. Зеер. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - С.1-239.	1	10
Подготовка к написанию глоссария	Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития [Текст] учеб. пособие для вузов по направлению "Психология" Э. Ф. Зеер. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - С.1-239.	1	15
Подготовка к работе с первоисточником	Зарецкая, Е. Н. Деловое общение [Текст] Т. 1 Учеб.: В 2 т. Е. Н. Зарецкая ; Акад. нар. хоз-ва при Правительстве Рос. Федерации. - М.: Дело, 2002. - С. 1-695.	1	9,75
Подготовка к прохождению теста	Зарецкая, Е. Н. Деловое общение [Текст] Т. 1 Учеб.: В 2 т. Е. Н. Зарецкая ; Акад.	1	15

	нар. хоз-ва при Правительстве Рос. Федерации. - М.: Дело, 2002. - С. 1-695.		
Подготовка к семинару-дискусии	Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития [Текст] учеб. пособие для вузов по направлению "Психология" Э. Ф. Зеер. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - С.1-239.	1	20

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	1	Текущий контроль	Семинар-дискусия	0,6	60	Соответствие ответа на семинаре/эссе каждому требованию оценивается от 0.5 до 10 баллов. Несоответствие требованиям к эссе соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов за 6 тем– 60. Весовой коэффициент мероприятия – 0.3 Требования, предъявляемые к семинару-дискусии • Ответ должен восприниматься как единое целое, идея должна быть ясной и понятной. • Необходимо уметь отвечать коротко и ясно. Ответ не должен содержать ничего лишнего, должен включать только ту информацию, которая необходима для раскрытия вашей позиции, идеи. • Ответ должен иметь грамотное композиционное построение, быть логичным, четким по структуре. • Ответ должен показывать, что его автор знает и осмысленно использует теоретические понятия, термины, обобщения, мировоззренческие идеи. • Ответ должен содержать убедительную аргументацию заявленной по проблеме позиции Максимальное количество баллов за одну тему эссе - 10 Максимальное количество баллов – 60. Весовой коэффициент мероприятия – 0.6 Шкала оценивания эссе: 1. Сдача в установленный срок- 1 балл 2. Раскрытие поставленных вопросов- 1	зачет

						балл 3. Умение вступать в дискуссию - 1 балл 4. Умение отвечать на дополнительные вопросы - 1 балл 5. Логичность изложения - 1 балл 6. Раскрытие темы - 1 балл 7. Наличие в ответе авторской точки зрения - 1 балл 8. Аргументация - 1 балл 9. Нетривиальность аргументации - 1 балл 10. Обращение к первоисточникам (использование цитат) - 1 балл Ответ соответствующий всем заявленным критериям оценивается в 10 баллов, соблюдены 9 критериев - 9 баллов, 8 критериев соответствуют 8 баллам, 7 выполненных критериев соответствуют 7 баллам, и далее соответственно. В задании необходимо сдать 6 тем, соответственно общий балл складывается из 6 выполненных работ согласно данным критериям.	
2	1	Текущий контроль	Глоссарий	0,05	5	5 баллов - ответ полностью соответствует требованиям, студент отлично владеет терминологическим аппаратом 4 балла - ответ соответствует требованиям, но есть неточности в определениях 3 балла - ответ соответствует требованиям, но некоторые термины при устном ответе студент не знает 2 балла - ответ соответствует требованиям на 50%, студент может рассказать половину заданных терминов 1 балл - ответ частично соответствует заявленным требованиям, студент при устном ответе забывает или путает название всех терминов или определений 0 баллов - ответ не соответствует требованиям	зачет
3	1	Текущий контроль	Работа с текстом первоисточника	0,05	5	Требования предъявляемые к работе с текстом первоисточника: 1. Прочитать текст и подготовить развернутый ответ по проблематике текста и актуальным тенденции философии науки. 2. Заполнить тезисно схему и таблицу (слева тезис, справа ваше собственное понимание) 3. Объем ответа не менее 400 и не более 800 слов. 4. Ответ должен иметь грамотное композиционное построение, быть логичным, четким по структуре. 5. Уникальность текста не менее 75%.	зачет

						Каждый выполненный критерий соответствует 1 баллу, все выполненные критерии соответствуют 5 баллам, нарушения в одном из критериев 4 балла, несоблюдение двух критериев - 3 балла, несоблюдение трех критериев - 2 балла. Неправильный ответ соответствует 0 баллов.	
4	1	Текущий контроль	Тест	0,3	30	Максимальный балл - 30 баллов. Проходной балл - 20. 10 баллов начисляется за прохождение каждого из указанных в ФОС тестов.	зачет
5	1	Промежуточная аттестация	Зачет	-	100	Зачет проводится в учебный период согласно расписанию, в традиционной форме устного собеседования преподавателя и студента по вопросам билетов, составленных на основе списка вопросов. Зачет может быть поставлен по текущему контролю, при условии если студент выполняет не менее 60 % заданий из текущего контроля (тест, глоссарий, эссе, работа с первоисточником). Если студент не проходит минимальный порог по заданиям из текущего контроля или если студент не согласен с предлагаемой оценкой, то он (-а) выходит на зачет. Полный ответ согласно представленным требованиям соответствует 100 баллам; Частично полный ответ соответствует 61-99 баллам; Неправильный ответ соответствует 0 баллов. Требования к ответу: 1. знание материала, 2. полнота ответа, 3. собственные рассуждения, 4. обращение к примерам, иллюстрациям, 4. умение вступать в диалог с преподавателем, 6. высказывать свою собственную позицию Порядок начисления баллов - накопительный. За выполнение требований 1-5 студент может получить от 1 до 15 баллов, 6 требование оценивается по шкале от 1 до 25. Максимальное количество баллов – 100. Вопросы к зачету: 1. Предмет, задачи, основные понятия о профессиональном становлении личности. 2. Основные подходы и авторы изучения проблемы профессионального становления личности. 3. Стадии профессионального развития личности. 4. Стратегии профессиональной адаптации. 5. Сравнительный анализ понятий «становление» и «развитие». 6. Современные теории, концепции и модели профессионального становления	зачет

					личности в отечественной психологии. 7. Компоненты профессиональной деятельности. 8. Ресурсность профессионального развития. 9. Понятие о профессиональном саморазвитии. 10. Анализ понятий: саморазвитие, самоактуализация, самоорганизация, самопознание и других. 11. Теории профессионального развития в зарубежной психологии: психодинамическое направление, сценарная теория, концепция профессионального развития Д. Сьюпера, теория профессионального выбора и другие. 12. Профессиональное саморазвитие как процесс изменения компонентов: мотивационно-целевого, когнитивного, эмоционально-волевого, конструктивно-деятельностного, рефлексивного и результативного. 13. Профессионально-личностное саморазвитие в сфере образования. 14. Понятие о профессиональном самосознании. 15. Анализ понятий самосознания, самоизменения, самообогащения, самовоспитания и саморазвития. 16. Профессиональное самосознание в педагогической профессии. 17. Роль общения в становлении человека как личности и профессионала. 18. Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития. 19. Профессиональное образование как процесс и как система. 20. Общие закономерности проявления кризисов профессионального становления. 21. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития: объективные и субъективные. 22. Стадии профессионального становления личности: оптация, профессиональное образование и подготовка, профессиональная адаптации 23. Первичная и вторичная профессионализация и мастерство. 24. Разрешение кризисов профессионального становления. 25. Технологии преодоления кризисов профессионального становления. 26. Понятие о профессиональной деформации личности.	
--	--	--	--	--	---	--

						27. Особенности профессиональной деформации в образовательной сфере. 28. Психическое выгорание как фактор профессиональной деструкции. 29. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска психического выгорания. 30. Профилактика синдрома психического выгорания и ее виды.	
--	--	--	--	--	--	--	--

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Рейтинг обучающегося по дисциплине формируется на основе результатов текущего контроля. Студент может повысить свой рейтинг, пройдя контрольное мероприятие промежуточной аттестации в виде устного собеседования по вопросам билетов, составленных на основе списка вопросов к зачету. Предоставляется не более 40 минут на подготовку. Пользоваться какими-либо справочными или учебными материалами запрещено. В билете может содержаться не более двух вопросов.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ				
		1	2	3	4	5
УК-3	Знает: основы и сущность профессионального самоопределения и профессионального развития; комплекс понятий: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения; свои индивидуальные профессиональные возможности и способности; роль и значение индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических условиях производства; механизмы социальной адаптации в коллективе; свои характерологические особенности и возможное их влияние на практику общения в коллективе.		+		++	
УК-3	Умеет: толерантно воспринимать людей, учитывая их социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия; распознавать индивидуальные характерологические особенности, цели, мотивы и состояния; осуществлять осознанный выбор траектории собственного профессионального обучения; планировать и составлять временную перспективу своего будущего, ставить задачи профессионального и личностного развития; выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению; разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития; адекватно использовать права инвалидов в различных жизненных и профессиональных ситуациях.		+		++	
УК-3	Имеет практический опыт: формирования временной перспективы будущего: личных целей, планов профессиональной деятельности и выбора путей их осуществления; владения основными технологиями интеллектуально-личностного саморазвития; организации совместной учебной, социокультурной и профессиональной деятельности коллектива; приемами психологической защиты от негативных, травмирующих переживаний;		+		++	

	осознанного применения норм закона, относящихся к правам инвалидов с точки зрения их реализации в конкретных жизненных и профессиональных ситуациях.				
УК-6	Знает: основы планирования профессиональной траектории с учетом особенностей как профессиональной, так и других видов деятельности и требований рынка труда.	+	+	+	+
УК-6	Умеет: подвергать критическому анализу проделанную работу; находить и творчески использовать имеющийся опыт в соответствии с задачами саморазвития.	+	+	+	+
УК-6	Имеет практический опыт: выявления стимулов для саморазвития; определения реалистических целей профессионального роста.	+	+	+	+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального развития [Текст] учеб. пособие для вузов по направлению "Психология" Э. Ф. Зеер. - 3-е изд., стер. - М.: Академия, 2009. - 239, [1] с. ил.
2. Зарецкая, Е. Н. Деловое общение [Текст] Т. 1 Учеб.: В 2 т. Е. Н. Зарецкая ; Акад. нар. хоз-ва при Правительстве Рос. Федерации. - М.: Дело, 2002. - 695 с. ил.

б) дополнительная литература:

1. Пряжников, Н. С. Профессиональное самоопределение. Теория и практика [Текст] учеб. пособие для вузов по направлению "Психология" Н. С. Пряжников. - М.: Академия, 2008. - 318, [1] с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Методические указания 47.04.01 Философия, профиль - Цифровое общество и технологическая этика

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Методические указания 47.04.01 Философия, профиль - Цифровое общество и технологическая этика

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Дополнительная литература	Электронный каталог ЮУрГУ	Деловое общение [Текст] учеб. пособие О. С. Бернат и др.; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Общ. лингвистика ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2015. - 63, [3] с. электрон. версия http://www.lib.susu.ac.ru/ftd?base=SUSU_METHOD&key=000555797

2	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Панина, С. В. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся : учебник и практикум для вузов / С. В. Панина, Т. А. Макаренко. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 363 с. https://urait.ru/bcode/531219
---	---------------------	---------------------------------	---

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	478 (1)	Рабочий стол преподавателя. Рабочий стол студента. Проектор. ПК.
Самостоятельная работа студента	112 (1)	Рабочий стол преподавателя. Рабочий стол студента. ПК. Доступ к информационно-библиотечной системе.
Лекции	453 (1)	Рабочий стол преподавателя. Рабочий стол студента. Проектор. ПК.