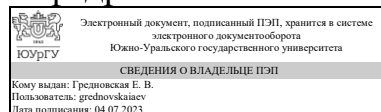


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



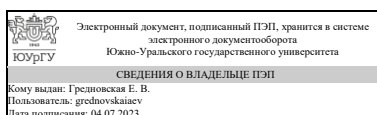
Е. В. Гредновская

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.М0.13.01 Профессионально-личностное саморазвитие
для направления 47.04.01 Философия
уровень Магистратура
магистерская программа Цифровое общество и технологическая этика
форма обучения очная
кафедра-разработчик Философия

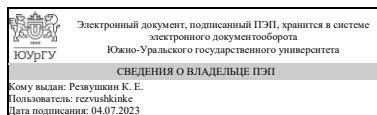
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 47.04.01 Философия, утверждённым приказом Минобрнауки от 13.08.2020 № 1012

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



Е. В. Гредновская

Разработчик программы,
к.филос.н., доцент



К. Е. Резвушкин

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

	<p>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.</p>
<p>УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p>	<p>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.</p>

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 написанию эссе	20	20	
Подготовка к работе с первоисточником	19,75	19.75	
Подготовка к написанию глоссария	15	15	
Подготовка к прохождению теста	15	15	
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 написанию эссе	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
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	19,75
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 прохождению теста	Зарецкая, Е. Н. Деловое общение [Текст]	1	15

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	Эссе	0,25	25	<p>Требования, предъявляемые к эссе: • Объем эссе не должен быть менее 800 слов и не должен превышать 1000 слов. • Эссе должно восприниматься как единое целое, идея должна быть ясной и понятной. • Необходимо писать коротко и ясно. Эссе не должно содержать ничего лишнего, должно включать только ту информацию, которая необходима для раскрытия вашей позиции, идеи. • Эссе должно иметь грамотное композиционное построение, быть логичным, четким по структуре. • Каждый абзац эссе должен содержать только одну основную мысль. • Эссе должно показывать, что его автор знает и осмысленно использует теоретические понятия, термины, обобщения, мировоззренческие идеи. •</p> <p>Максимальный балл за эссе - 25. Порядок начисления баллов: 1) соответствие требованиям, предъявляемым к эссе (объем, наличие развитой аргументации, оригинальность текста (не менее 70 % при проверке с помощью программ Антиплагиат), использование профессиональной философской лексики, сдача в срок) - за соответствие каждому параметру по 2 балла, за частичное соответствие (отступление от объема на +/- 100 слов, однопорядковые аргументы, оригинальность 0-69 %, использование профессиональной научной лексики без использования философской терминологии, сдача на следующий день после установленного срока) - 1 балл; 2) содержание эссе: композиционная выстроенность (наличие плана и</p>	зачет

						соответствие ему - 3 балла, последовательность изложения без плана - 2 балла, нарушение последовательности изложения - 1 балл, непоследовательное изложение - 0 баллов), наличие собственной аргументированной позиции (наличие оной - 3 балла, наличие неаргументированной позиции - 2 балла, наличие мнения - 1 балл, отсутствие позиции - 0 баллов), фактическая подтверждаемость позиции (наличие фактических примеров, соответствующих правилам регистрации научных фактов - 3 балла, наличие фактических примеров, не соответствующих правилам регистрации научных фактов - 2 балла, указание на существование таких примеров - 1 балл, отсутствие примеров - 0 баллов), теоретическая обоснованность (ссылка на научные теории - 3 балла, ссылка на гипотезы - 2 балла, проблематизация действительности - 1 балл, отсутствие теоретического обоснования - 0 баллов), обращение к данным науки (корректное использование примеров из разных областей науки - 3 балла, корректное использование примеров из одной научной области - 2 балла, некорректное использование примеров из области науки - 1 балл, отсутствие примеров - 0 баллов).	
2	1	Текущий контроль	Глоссарий	0,25	20	<p>Полный ответ согласно представленным требованиям соответствует 20 баллам: 1 корректно сформулированная, отражающая сущность явления, дефиниция (или сущностная характеристика персоналии) из одной из неповторяющихся тем и подтем курса = 1 баллу, соответственно - 20 дефиниций = 20 баллам. Частично полный ответ соответствует 10-19 баллам. Неправильный ответ соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 20.</p>	зачет
3	1	Текущий контроль	Работа с текстом первоисточника	0,25	20	<p>Полный ответ согласно представленным требованиям соответствует 20 баллам. Частично полный ответ соответствует 10-19 баллам. Неправильный ответ соответствует 0 баллов. Максимальное количество баллов – 20. Баллы начисляются за: соответствие форме конспекта (0 баллов - не соответствует, 5 баллов - соответствует), полноту конспекта (0 баллов - представлена только форма конспекта, 2 балла - конспект заполнен менее, чем наполовину, 4 балла - конспект заполнен со значительными пропусками, 6</p>	зачет

						баллов - конспект заполнен с незначительными пропусками, 8 баллов - отсутствует собственный комментарий к тексту, 10 баллов - конспект заполнен полностью), содержательное соответствие тексту (0 баллов - конспект не соответствует тексту, 2 балла - в конспект внесены несущественные высказывания, 4 балла - в конспекте изложены основные идеи без связи между ними, 10 баллов - конспект полностью соответствует тексту).	
4	1	Текущий контроль	Тест	1	0,25	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.	зачет

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	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	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.	
--	---	--

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.	+		+		+

Оценочные материалы представлены в Фонде оценочных средств.

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)

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
Лекции	210	<p>Главный учебный корпус Учебно-научная лаборатория "Социологические и маркетинговые исследования", ауд. 210</p> <p>Оборудование и технические средства обучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Комплект компьютерного оборудования (монитор, системный блок, клавиатура, мышь) с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к ЭИОС Университета – 11 шт. 2. Колонка - 16 шт. 3. Веб-камера - 10 шт. 4. Проектор – 1 шт. 5. Экран – 1 шт. <p>Имущество:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стол двухместный – 16 шт. 2. Стол одноместный - 5 шт. 3. Стул – 21 шт. 4. Доска меловая – 1 шт. 5. Кафедра-стойка настольная – 1 шт. 6. Кафедра-стойка напольная - 1 шт.
Практические занятия и семинары	210	<p>Главный учебный корпус Учебно-научная лаборатория "Социологические и маркетинговые исследования", ауд. 210</p> <p>Оборудование и технические средства обучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Комплект компьютерного оборудования (монитор, системный блок, клавиатура, мышь) с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к ЭИОС Университета – 11 шт. 2. Колонка - 16 шт. 3. Веб-камера - 10 шт. 4. Проектор – 1 шт. 5. Экран – 1 шт. <p>Имущество:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стол двухместный – 16 шт. 2. Стол одноместный - 5 шт. 3. Стул – 21 шт. 4. Доска меловая – 1 шт. 5. Кафедра-стойка настольная – 1 шт. 6. Кафедра-стойка напольная - 1 шт.
Самостоятельная работа	210	<p>Главный учебный корпус Учебно-научная лаборатория "Социологические и маркетинговые исследования", ауд. 210</p> <p>Оборудование и технические средства обучения:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Комплект компьютерного оборудования (монитор, системный блок, клавиатура, мышь) с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к ЭИОС Университета – 11 шт. 2. Колонка - 16 шт. 3. Веб-камера - 10 шт. 4. Проектор – 1 шт. 5. Экран – 1 шт.

Имущество:

1. Стол двухместный – 16 шт.
2. Стол одноместный - 5 шт.
3. Стул – 21 шт.
4. Доска меловая – 1 шт.
5. Кафедра-стойка настольная – 1 шт.
6. Кафедра-стойка напольная - 1 шт.