

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 24.06.2024 09:09:06  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

13 июня 2024г., протокол УМС №5

# МОДУЛЬ УНИВЕРСАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН

## Самоорганизация и саморазвитие

### рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой	<b>Психологи</b>	
Учебный план	g270404-УТС-24-1.plx 27.04.04 Управление в технических системах Направленность (профиль): Управление и информатика в технических системах	
Квалификация	<b>Магистр</b>	
Форма обучения	<b>очная</b>	
Общая трудоемкость	<b>3 ЗЕТ</b>	
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		зачеты 2
аудиторные занятия	32	
самостоятельная работа	72	

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
	уп	рп		
Неделя	17 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Контроль самостоятельной работы	4	4	4	4
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	36	36	36	36
Сам. работа	72	72	72	72
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

*Ст. преподаватель, Думова Т. Б.*

Рабочая программа дисциплины

**Самоорганизация и саморазвитие**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 27.04.04 Управление в технических системах (приказ Минобрнауки России от 11.08.2020 г. № 942)

составлена на основании учебного плана:

27.04.04 Управление в технических системах

Направленность (профиль): Управление и информатика в технических системах

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 13.06.2024 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Психологии**

Зав. кафедрой Родермель Т.А., к.филос.н., доцент

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	Сформировать представление о процессах самоорганизации и саморазвитии личности, видах и уровнях данных процессов, индивидуальная и групповая деятельность по проектированию своего профессионального карьерного развития.
-----	---

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.01
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Учебная практика, научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Производственная практика, научно-исследовательская работа
2.2.2	Выполнение, подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**УК-6.1: Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, в том числе ситуативные, временные) для оптимального выполнения задач профессиональной деятельности**

**Знать:**

Уровень 1

.

**Уметь:**

Уровень 1

.

**УК-6.2: Определяет приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной профессиональной деятельности на основе самооценки и выбранных критериев**

**Знать:**

Уровень 1

.

**УК-6.3: Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного образования, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда**

**Уметь:**

Уровень 1

.

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	- особенности рациональной организации жизнедеятельности личности с учетом специфики профессиональной деятельности, его индивидуальных потребностей, скорости протекания познавательных процессов и др. факторов; основы самоорганизации и саморазвития личности, виды и уровни самоорганизации и способы саморазвития личности;
3.1.2	- способы самоорганизации и саморегуляции для совершенствования учебной и учебно- профессиональной деятельности;
3.1.3	- особенности проектирования профессионального роста с учетом опыта профессиональной деятельности.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	- организовывать собственную деятельность в соответствии с поставленными учебными,
3.2.2	педагогическими и профессиональными задачами;
3.2.3	- проектировать процесс собственного профессионального карьерного роста, жизнедеятельности и саморазвития в системе профессиональной подготовки; осуществлять оценку и самооценку своего профессионального роста и жизнедеятельности деятельности и ее результатов.

**4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	Раздел 1. Сущность процесса самоорганизации и саморазвитие					

1.1	Сущность процесса самоорганизации /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.2	Сущность процесса самоорганизации /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.3	Сущность процесса самоорганизации /Ср/	2	10	УК-6.1 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.4	Саморазвитие и профессиональное становление личности /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.5	Саморазвитие и профессиональное становление личности /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.6	Саморазвитие и профессиональное становление личности /Ср/	2	8	УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.7	Направленность личности и целеполагание /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.8	Направленность личности и целеполагание /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
1.9	Направленность личности и целеполагание /Ср/	2	12	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 2. Ресурсы профессионального и личностного роста</b>					
2.1	Самоэффективность как личностная характеристика и фактор карьерного роста /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.2	Самоэффективность как личностная характеристика и фактор карьерного роста /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.3	Самоэффективность как личностная характеристика и фактор карьерного роста /Ср/	2	8	УК-6.1 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.4	Мотивация и мотивы саморазвития личности /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.5	Мотивация и мотивы саморазвития личности /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.6	Мотивация и мотивы саморазвития личности /Ср/	2	8	УК-6.1 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.7	Карьера и ее типологии /Лек/	2	2	УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.8	Карьера и ее типологии /Пр/	2	2	УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
2.9	Карьера и ее типологии /Ср/	2	8	УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 3. Траектория профессионального и личностного роста и развития</b>					
3.1	Технологии планирования карьеры /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	

3.2	Технологии планирования карьеры /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
3.3	Технологии планирования карьеры /Ср/	2	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
3.4	Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход) /Лек/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5 Л1.3Л2.1 Л2.4Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	
3.5	Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход) /Пр/	2	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.6 Л1.5 Л1.4Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Э1 Э2 Э3	Контрольная работа
3.6	Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход) /Ср/	2	8	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5 Л1.2Л2.1 Л2.5 Л2.2 Л2.3Л3.5 Л3.1 Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
3.7	/Зачёт/	2	0	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.5 Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.5 Л3.1 Л3.2 Л3.3 Э1 Э2 Э3	

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

### 5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации

Представлены отдельным документом


### 5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования


Представлены отдельным документом

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023, <a href="https://urait.ru/bcode/515756">https://urait.ru/bcode/515756</a>	1
Л1.2	Соломанидина Т. О., Соломанидин В. Г.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023, <a href="https://urait.ru/bcode/511009">https://urait.ru/bcode/511009</a>	1
Л1.3	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024, <a href="https://urait.ru/bcode/540285">https://urait.ru/bcode/540285</a>	1
Л1.4	Пряжников Н. С.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: Учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2020, <a href="https://urait.ru/bcode/450790">https://urait.ru/bcode/450790</a>	1
Л1.5	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: Учебник и практикум	Москва:  здательство Юрайт, 2019, <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/441554">https://www.biblio-online.ru/bcode/441554</a>	1

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.6	Маралов В. Г., Низовских Н. А., Щукина М. А.	Психология саморазвития: Учебник и практикум	Москва:  Издательство Юрайт, 2019, <a href="https://www.biblio-online.ru/bcode/437869">https://www.biblio-online.ru/bcode/437869</a>	1
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Гузич М. Э., Плеханова Н. П.	Психологическое сопровождение профессионального самоопределения молодежи ХМАО - Югры: монография	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2018	5
Л2.2	Диянова З. В., Щеголева Т. М.	Общая психология. Личность и мотивация. Практикум: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023, <a href="https://urait.ru/bcode/515045">https://urait.ru/bcode/515045</a>	1
Л2.3	Апасова Е.В., Кочетков Н.В., Кулагина И. Ю., Никитская М.Г., Погодина А.В., Расходчикова М.Н., Толстых Н.Н., Угланова И.Л., Федоров В.В., Харченко М.А.	Учебная мотивация: разработка методического инструментария: Монография	Москва: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2024, <a href="https://znanium.ru/catalog/document?id=439614">https://znanium.ru/catalog/document?id=439614</a>	1
Л2.4	Руднев Е.А.	Профессиональное развитие руководителя образования в XXI веке: Монография	Москва: Издательско-торговая корпорация "Дашков и К", 2023, <a href="https://znanium.ru/catalog/document?id=439567">https://znanium.ru/catalog/document?id=439567</a>	1
Л2.5	Белоусова, А. К., Белоусова, Е. Е., Вышквыркина, М. А., Дунайцева, Н. А., Желтова, Е. В., Касабова, И. С., Павлова, Т. В., Петраш, Ю. В., Сигаева, М. В., Синченко, Т. Ю., Черникова, М. И., Синченко, Т. Ю.	Личностное и профессиональное развитие студентов в вузе: сборник научных статей	Москва: Ай Пи Ар Медиа, 2021, <a href="https://www.iprbookshop.ru/109252.html">https://www.iprbookshop.ru/109252.html</a>	1
<b>6.1.3. Методические разработки</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Гузич М. Э.	Методы стимулирования профессиональной деятельности: методические рекомендации и задания для практических занятий и контрольных работ	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2021, <a href="https://elib.surgu.ru/local/umr/1256">https://elib.surgu.ru/local/umr/1256</a>	1
Л3.2	Гузич М. Э.	Практикум по психологии труда и профессиональному консультированию: методические рекомендации и задания для практических занятий и контрольных работ	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2021, <a href="https://elib.surgu.ru/local/umr/1257">https://elib.surgu.ru/local/umr/1257</a>	1

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
ЛЗ.3	Мириуца Е. В.	Психология карьеры: практикум	Тамбов: ТГУ им. Г.Р.Державина, 2021, <a href="https://e.lanbook.com/book/177100">https://e.lanbook.com/book/177100</a>	1
ЛЗ.4	Шамухаметова Е. С.	Саморазвитие как основа успешной жизнедеятельности личности: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2021	40
ЛЗ.5	Гузич М. Э.	Психология карьеры: методические рекомендации и задания для практических занятий и контрольных работ	Сургут: Издательство СурГУ, 2019, <a href="https://elib.surgu.ru/local/umr/608">https://elib.surgu.ru/local/umr/608</a>	1

#### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Российская психология: информационно-аналитический портал <a href="https://rospsy.ru/">https://rospsy.ru/</a>
Э2	Психологос: энциклопедия практической психологии <a href="https://www.psychologos.ru/articles/view/psihologos">https://www.psychologos.ru/articles/view/psihologos</a>
Э3	Бысюк, А.С. Психологические факторы успешности профессиональной деятельности инженеров-метрологов // автореф. дисс. на соиск. уч. степени канд. психол. наук по ВАК РФ 19.00.03. – Тверь, 2012. <a href="https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-factory-uspeshnosti-professionalnoi-deyatelnosti-inzhenerov-metrologov">https://www.dissercat.com/content/psikhologicheskie-factory-uspeshnosti-professionalnoi-deyatelnosti-inzhenerov-metrologov</a>

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Пакет прикладных программ Microsoft Office, операционная система Microsoft Windows
---------	--

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	Информационно-правовой портал Гарант.ру - <a href="http://garant.ru/">http://garant.ru/</a> ,
6.3.2.2	Справочно-правовая система «Консультант плюс» - <a href="http://consultant.ru/">http://consultant.ru/</a> .
6.3.2.3	База профессиональных данных «Мир психологии» – <a href="http://psychology.net.ru">http://psychology.net.ru</a>

### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (практических занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения (доска, экран (стационарный или переносной), проектор). Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечения доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
-----	---