

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 13.06.2024 09:35:09  
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	gz380404-ГМУ-24-1.plx Направление 38.04.04 Государственное и муниципальное управление Направленность (профиль): Управление и экономика в государственном и муниципальном секторе	
Квалификация	<b>Магистр</b>	
Форма обучения	<b>заочная</b>	
Общая трудоемкость	<b>3 ЗЕТ</b>	
Часов по учебному плану	108	Виды контроля на курсах: зачеты 1
в том числе:		
аудиторные занятия	8	
самостоятельная работа	96	
часов на контроль	4	

#### Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	1		Итого	
	уп	рп		
Лекции	4	4	4	4
Практические	4	4	4	4
Итого ауд.	8	8	8	8
Контактная работа	8	8	8	8
Сам. работа	96	96	96	96
Часы на контроль	4	4	4	4
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 38.04.04 Государственное и муниципальное управление (приказ Минобрнауки России от 13.08.2020 г. № 1000)

составлена на основании учебного плана:

Направление 38.04.04 Государственное и муниципальное управление

Направленность (профиль): Управление и экономика в государственном и муниципальном секторе  
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 определении и реализации приоритетов собственной деятельности и способов ее совершенствования на основе самооценки; процессах самоорганизации и саморазвитии личности, видах и уровнях данных процессов, индивидуальной и групповой деятельности 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	Лидерство и командная работа при разработке и реализации проектов
2.1.2	Практикум по межкультурной коммуникации
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	История и методология науки
2.2.2	Коммуникации в управлении
2.2.3	Управление конфликтами и стрессами
2.2.4	Производственная практика, преддипломная практика

**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

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

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

**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, индивидуальных потребностей, скорости протекания познавательных процессов и др. факторов;
3.1.2	основы самоорганизации и саморазвития личности, виды и уровни самоорганизации и способы саморазвития личности;
3.1.3	способы самоорганизации и саморегуляции для совершенствования учебной и учебно-профессиональной деятельности; особенности проектирования профессионального роста с учетом опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда.
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	оценивать свои ресурсы и их пределы для оптимального выполнения задач профессиональной деятельности;
3.2.2	определять приоритеты профессионального роста и способы совершенствования собственной профессиональной деятельности на основе самооценки и выбранных критериев;
3.2.3	выстраивать гибкую профессиональную траекторию, используя инструменты непрерывного профессионального образования, с учетом опыта профессиональной деятельности и динамично изменяющихся требований рынка труда.

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

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
-------------	---	----------------	-------	-------------	------------	------------

	<b>Раздел 1. Самоорганизация как основа саморазвития личности</b>					
1.1	Психологические проблемы в профессиональном становлении личности /Лек/	1	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.3 Л1.4Л2.2 Л2.5Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
1.2	Психологические проблемы в профессиональном становлении личности /Ср/	1	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.6Л2.1 Л2.8Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
1.3	Эволюция представлений о карьере /Ср/	1	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2 Л1.5Л2.3 Л2.4Л3.3 Л3.4 Л3.5 Э1 Э2 Э3	
1.4	Целеполагание в карьере и карьерное планирование /Лек/	1	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.4Л2.4 Л2.6Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
1.5	Целеполагание в карьере и карьерное планирование /Ср/	1	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2 Л1.5Л2.2 Л2.6Л3.1 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
1.6	Основные стратегии карьеры /Ср/	1	12	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.3 Л2.4Л3.2 Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 2. Теоретико-методологические основы исследования успешности профессиональной подготовки</b>					
2.1	Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход). Система индивидуальных ценностей человека. /Пр/	1	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.4 Л1.6Л2.4 Л2.7 Л2.8Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
2.2	Современные технологии достижения карьерного успеха (ценностно-смысловой подход). Система индивидуальных ценностей человека. /Ср/	1	12	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2Л2.3 Л2.4Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
2.3	Определение смыслового наполнения ценностей: формулировка идеи и смысла каждой ценности. Постановка целей. /Пр/	1	2	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2Л2.3 Л2.6Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
2.4	Определение смыслового наполнения ценностей: формулировка идеи и смысла каждой ценности. Постановка целей. /Ср/	1	12	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
	<b>Раздел 3. Развитие навыков самоорганизации и самореализации</b>					
3.1	Поиск ресурсного обеспечения реализации намеченных целей: нахождение конкретных приемов, способов и техник достижения целей /Ср/	1	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.4Л2.5 Л2.7 Л2.8Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	

3.2	Проведение самоанализа: выявление сильных и слабых сторон, возможностей и ограничений на пути достижения поставленных целей /Ср/	1	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2Л2.8Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
3.3	Фиксация конкретных результатов, связанных с ценностями и целями. Построение собственной модели профессионального развития (Дорожная карта) /Ср/	1	10	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.1 Л1.2Л2.5 Л2.8Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
3.4	/Контр.раб./	1	0	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.4Л2.5 Л2.7 Л2.8Л3.3 Л3.4 Э1 Э2 Э3	
3.5	/Зачёт/	1	4	УК-6.1 УК-6.2 УК-6.3	Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.4Л3.3 Л3.4 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	Минева О. К., Арутюнян С. А.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: Учебник	Москва: ООО "Научно-издательский центр «НФРА-М», 2020, электронный ресурс	1
Л1.2	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: Учебник и практикум	Москва: «?» издательство Юрайт, 2019, электронный ресурс	1
Л1.3	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: Учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2021, электронный ресурс	1
Л1.4	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023, электронный ресурс	1
Л1.5	Соломанидина Т. О., Соломанидин В. Г.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023, электронный ресурс	1

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.6	Шнейдер Л. Б., Акбиева З. С., Цариценцева О. П.	Психология карьеры: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024, электронный ресурс	1
<b>6.1.2. Дополнительная литература</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Диянова З. В., Щеголева Т. М.	Общая психология. Личность и мотивация. Практикум: Учебное пособие	Москва: Издательство Юрайт, 2019, электронный ресурс	1
Л2.2	Генкин Б. М.	Мотивация и организация эффективной работы (теория и практика): Монография	Москва: ООО "Юридическое издательство Норма", 2020, электронный ресурс	1
Л2.3	Солнцева О. В.	Мотивация и организация образовательной деятельности в детском саду: Учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2021, электронный ресурс	1
Л2.4	Ребров, А. В.	Мотивация и оплата труда. Современные модели и технологии: учебное пособие	Инфра-М, 2020, электронный ресурс	0
Л2.5	Бедина В. Ю.	Психология карьеры личности: учебное пособие	Тамбов: ТГУ им. Г.Р.Державина, 2019, электронный ресурс	1
Л2.6	Диянова З. В., Щеголева Т. М.	Общая психология. Личность и мотивация. Практикум: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023, электронный ресурс	1
Л2.7	Бедина, В. Ю.	Психология карьеры личности: учебное пособие	Тамбов: Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, 2019, электронный ресурс	1
Л2.8	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, электронный ресурс	1
<b>6.1.3. Методические разработки</b>				
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
ЛЗ.1	Соломанидина Т. О., Соломанидин В. Г.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: Учебник и практикум	Москва: Издательство Юрайт, 2019, электронный ресурс	1
ЛЗ.2	Листик Е. М.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: Учебник и практикум	Москва: Издательство Юрайт, 2019, электронный ресурс	1
ЛЗ.3	Шиббаева Л. В., Плеханова Н. П., Антипова Л. В., Гузич М. Э.	Практикум по психологии. Ч. 4: учебно-методическое пособие	Сургут: Издательский центр СурГУ, 2010, электронный ресурс	2
ЛЗ.4	Гузич М. Э.	Психология карьеры: методические рекомендации и задания для практических занятий и контрольных работ	Сургут: Издательство СурГУ, 2019, электронный ресурс	1
ЛЗ.5	Пряжников Н. С.	Мотивация и стимулирование трудовой деятельности: Учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2020, электронный ресурс	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	БД Сургутский Государственный университет «Книги» <a href="http://www.knigainfo.ru">http://www.knigainfo.ru</a>

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	пакет прикладных программ Microsoft Office
---------	--

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	СПС «КонсультантПлюс» - <a href="http://www.consultant.ru/">www.consultant.ru/</a>
6.3.2.2	СПС «Гарант» - <a href="http://www.garant.ru/">www.garant.ru/</a>

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

7.1	Материально-техническое обеспечение включает в себя: помещения для проведения практических занятий укомплектованы необходимой учебной мебелью; наличие аудитории общего пользования с подключением к Интернету (WI-FI); компьютерный мультимедийный проектор, ноутбук .
-----	---