

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Лельчицкий Игорь Давыдович  
 Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности  
 Дата подписания: 11.06.2025 14:05  
 Уникальный программный ключ:  
 aa5b5ee17d97a2e4d94e98e995320af94f043ce2

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФГБОУ ВО «ТВЕРСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель ООП

Панкрушина А. Н.



29.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины

**Стратегии личностно-профессионального развития**

Закреплена за кафедрой **Дошкольной педагогики и психологии**

Учебный план **06.04.01 Биология**

Квалификация **магистр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **3 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: зачеты 1
в том числе:		
аудиторные занятия	17	
самостоятельная работа	91	

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
	Неделя 17			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	17	17	17	17
Итого ауд.	17	17	17	17
Контактная работа	17	17	17	17
Сам. работа	91	91	91	91
Итого	108	108	108	108

Программу составил(и):

*канд. полит. наук, доц., Бысюк А.С.* \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

**Стратегии личностно-профессионального развития**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 06.04.01 Биология (приказ Минобрнауки России от 8/11/2020 г. № 934)

**1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ**

1.1	формирование профессиональной компетентности магистра в области профессионального и личностного саморазвития и самообразования
-----	--

**Задачи :**

1. формирование способности определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста;
2. оценивать требования рынка труда и предложения для выстраивания траектории собственного профессионального роста;
3. строить профессиональную карьеру и определять стратегию профессионального развития

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>	
2.1.1	Знания в области этики профессиональной деятельности.	
2.1.2	Способность анализировать возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе в рамках своей профессиональной деятельности.	
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
2.2.1	Практика по профилю профессиональной деятельности	

**3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫЕ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**УК-6.1:** Оценивает свои ресурсы и их пределы (личностные, ситуативные, временные), целесообразно их использует

**УК-6.2:** Определяет образовательные потребности и способы совершенствования собственной (в т.ч. профессиональной) деятельности на основе самооценки

**УК-6.3:** Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков

**УК-6.4:** Выстраивает гибкую профессиональную траекторию, с учетом накопленного опыта профессиональной деятельности, динамично изменяющихся требований рынка труда и стратегии личного развития

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

Код занятия	Наименование разделов и тем	Вид занятия	Семестр / Курс	Часов	Источники	Примечание
	<b>Раздел 1. Основной</b>					
1.1	Становление специалиста в концепциях профессионального развития.	Лек	1	3		
1.2	Становление специалиста в концепциях профессионального развития.	Ср	1	10		
1.3	Саморазвитие личности: теоретико-методологические основы.	Лек	1	3		
1.4	Саморазвитие личности: теоретико-методологические основы.	Ср	1	10		
1.5	Технологии интеллектуально-личностного саморазвития	Лек	1	3		
1.6	Технологии интеллектуально-личностного саморазвития	Ср	1	20		
1.7	Социально-коммуникативные основы профессионально личностного саморазвития	Лек	1	4		
1.8	Социально-коммуникативные основы профессионально личностного саморазвития	Ср	1	20		
1.9	Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	Лек	1	4		
1.10	Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	Ср	1	31		

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ****5.1. Оценочные материалы для проведения текущей аттестации**

Типовые задания и способ проведения аттестации

Типовые задания и способ проведения аттестации	Правильный ответ	Критерии оценивания заданий
Составляющая синдрома психического профессионального выгорания, предполагающая циничное отношение к труду и его объектам, называется: а) поляризация б) деперсонализация в) идентификация г) дистресс	Б. Деперсонализация	<b>Выполнено</b> – ответы совпадают с правильными ответами (ключами).  <b>Не выполнено</b> – ответы не совпадают с правильными ответами (ключами).
Соответствие индивидуальных качеств человека требованиям профессии, способность работника эффективно осуществлять деятельность – это - ...: а) профессиональная адаптация б) профессиональная пригодность в) профессиональное самоопределение г) профессиональный отбор	б) профессиональная пригодность	
Выберите вариант ответа, который будет соответствовать определению термина «саморазвитие (самосовершенствование)». А) процесс самостоятельного развития человеком в себе профессионально-личностных качеств и навыков Б) способность самой личности работать над собой В) собственную активность человека в изменении себя, в раскрытии, обогащении своих духовных потребностей, всего личностного потенциала	А) процесс самостоятельного развития человеком в себе профессионально-личностных качеств и навыков	
Определяется как не прекращающийся на протяжении всей жизни процесс общего развития, посредством которого человек учится осознавать самого себя, улучшает свои личностные качества и достигает свои цели и мечты, значительно повышая таким образом качество своей жизни и удовлетворённость ею	Личностный рост или саморазвитие	
Исходя из перечня требований к формулировке целей деятельности, ответьте на вопрос: «Является ли данная формулировка целью профессионального роста «Я хочу быть квалифицированным специалистом в своей области, чтобы приносить пользу обществу»?»	Не является	

## 5.2. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

Примерный перечень вопросов для зачета

1. модели профессионального развития
2. стратегии профессионального развития
3. факторы конкурентноспособности
4. цели и технологии профессионального саморазвития и самообразования
5. интегральные личностные характеристики как составляющие процесса самообразования личности
6. стадии оптимизации профессиональной подготовки и становления профессионала
7. образовательный маршрут
8. профессиональная карьера
9. пути изменения профиля
10. профессиональное самообразование и личностный рост
11. деятельности ресурсная база профессионального развития
12. стратегии повышения культурно-образовательного уровня

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

### 6.1. Рекомендуемая литература

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

Э1	Энциклопедический словарь по психологии и педагогике (сводный): <a href="http://med.niv.ru/doc/dictionary/psychology-and-pedagogy/index.htm">http://med.niv.ru/doc/dictionary/psychology-and-pedagogy/index.htm</a>
Э2	Психологический словарь : <a href="http://psi.webzone.ru/abc/abc1.htm">http://psi.webzone.ru/abc/abc1.htm</a>
Э3	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов : <a href="http://www.school-collection.edu.ru">www.school-collection.edu.ru</a>

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Microsoft Windows 10 Enterprise
---------	---------------------------------

6.3.1.2	Microsoft Office профессиональный плюс 2013
6.3.1.3	Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows
6.3.1.4	Adobe Reader XI (11.0.13) - Russian
6.3.1.5	Google Chrome
6.3.1.6	WinDjView
6.3.1.7	OpenOffice
6.3.1.8	Foxit Reader
6.3.1.9	Многофункциональный редактор ONLYOFFICE

<b>6.3.2 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы</b>	
6.3.2.1	ЭБС «ZNANIUM.COM»
6.3.2.2	ЭБС «ЮРАИТ»
6.3.2.3	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
6.3.2.4	ЭБС IPRbooks
6.3.2.5	ЭБС BOOK.ru
6.3.2.6	ЭБС «Лань»
6.3.2.7	ЭБС ТвГУ
6.3.2.8	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы)
6.3.2.9	Репозиторий ТвГУ

<b>7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование</b>
5-306	переносной мультимедийный комплекс, переносной ноутбук, стационарный экран, учебная мебель
<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
Методические указания приведены в приложении	

**8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Задания для самостоятельной работы:

По теме 1-2.

Анализ отечественных и зарубежных концепций профессионального развития. Подробный анализ одной отечественной и одной зарубежной концепций (по выбору студента): основные идеи, достоинства и «слабые» места.

Особенности профессионального самосознания у представителей моей профессиональной сферы и педагога (письменный ответ). Самоактуализация как высший уровень саморазвития личности (эссе). Адаптационная модель саморазвития (блок-схема). Причины профессиональной деформации представителей вашей профессиональной сферы (тезисы)

Кризис профессионального саморазвития: причины, пути развития (блок-схема).

1. Составьте обобщённый список качеств по одному из разделов:

- качества, выражающие отношение к делу, профессии;
- качества, выражающие отношение к другим людям;
- качества, выражающие отношение к себе; знания, умения.

2. Заполните таблицу:

Каким должен быть профессионал вашей отрасли	Что должен делать профессионал вашей отрасли	Что должен уметь профессионал вашей отрасли
--	--	---

По теме 3.

1. Выполните методику определения типа мышления и уровня креативности. 2. Выполните краткий ориентировочный тест (КОТ). 3. Выполните тест Г. Айзенка (IQ), 4. Выполнить тест Т. Лири, соотнести каждую из 128 характеристик с оценкой своего «Я»-реального, «Я»-идеального, «Я-профессионала», «Профессионал»

По теме 4

Выполните Тест «Как понять другого человека?» (В.В. Бойко). 5. Выполните Тест «Диагностика эмоциональных барьеров в межличностном общении (В.В.Бойко)». 6. Выполните Тест «Методика диагностики уровня развития рефлексивности» (А.В. Карпов).

По теме 5.

1. Определение уровня самокритичности и способности к саморазвитию
2. Составление программы профессионального самосовершенствования, заполнение таблиц

Задачи самосовершенствования	Пути и средства	Сроки выполнения	Отметка о результатах

3. Проведите опрос 5 представителей вашей профессии по проблеме их профессионального развития. На основании беседы, выделите основные условия, стимулы, барьеры их профессионального развития.

4. Подготовьте аналитический доклад, отражающий особенности профессионального развития магистров Вашей группы: 1. Проанализируйте мотивы выбора профессии членов Вашей группы (на основе анкетирования) 2. Определите траекторию профессионального обучения 3. Предложите членам Вашей группы определить ближайшие и отдаленные личные и профессиональные целевые ориентиры (на основе интервью)

5. Создайте свой собственный рефлексивный портфолио. Какие приоритетные для Вас целевые ориентиры, актуальные задачи, материалы, вы считаете возможным в него включить.

На основании результатов, проделанной работы, сформулируйте и письменно зафиксируйте ближайшие целевые ориентиры вашего личного и профессионального развития.

6. Проанализируйте требования рынка труда к молодому специалисту. На основании анализа разработайте траекторию своего развития (самообразовании и повышении квалификации)

7. Какова роль прогнозирования своего будущего в профессиональном саморазвитии? Ответ аргументируйте, приведите примеры

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	
6.1. Рекомендуемая литература	
Основная:	
1. Неумоева-Колчеданцева, Е. В. Педагогическая деонтология: современная интерпретация : учебник для вузов / Е. В. Неумоева-Колчеданцева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 149 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17100-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/566210">https://urait.ru/bcode/566210</a>	
Дополнительная:	
1. Акмеология. Путь к вершине личностно-профессионального развития: учебное пособие составители О. Н. Князева, Е. В. Алтухова. — Воронеж: Воронежский Государственный Аграрный Университет им. Императора Петра Первого, 2017. — 160 с— Режим доступа: для авторизир. Пользователей. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт].— URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/72648.html">http://www.iprbookshop.ru/72648.html</a>	
2. Психологические основы профессиональной деятельности: хрестоматия / Ю. Я. Голиков, Ю. П. Поваренков, Ю. К. Стрелков [и др.]; под редакцией В. А. Бодров. — Москва: ПЕР СЭ, 2007. — 855 с. — Режим доступа: для авторизир. пользователей — ISBN 978-5-9292-0165-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <a href="http://www.iprbookshop.ru/7465.html">http://www.iprbookshop.ru/7465.html</a>	

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3

9. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины (или модуля)			
№ п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Реквизиты документа, утвердившего изменения
1.	Перечень программного обеспечения	В перечень программного обеспечения добавлен Многофункциональный редактор ONLYOFFICE	Протокол заседания кафедры зоологии и физиологии № 6 от 26.04.2024 г
2.			
3.			
4.			