

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Палиева Надежда Андреевна
Должность: и.о. декана психолого-педагогического факультета
Дата подписания: 04.06.2026 11:31:50
Уникальный программный ключ:
с45abce04df3131d28edca0bf10941b11398d6f1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего
образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан психолого-педагогического факультета, д.п.н., доцент
Палиева Н.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Психология кадрового менеджмента
Форма обучения	очная
Год начала обучения	2026
Реализуется в семестре	3

Разработано

Д.псх.н., профессор, профессор
кафедры общей психологии и
психологии лично- сти
Волоскова Н.Н.

Ставрополь, 2026

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – формирование набора универсальных компетенций будущего магистра по направлению подготовки 37.04.01 Психология, связанных со знанием основ технологии проектирования профессионального роста и личностного развития.

Задачи:

- изучение основ развития личности в процессе жизненного пути.
- изучение способов и направлений саморазвития человека.
- формирование представлений о профессиональном росте и карьерных достижениях личности.
- формирование представлений о технологии стратегиях личностного развития человека.
- формирование ответственности за совершенствование профессионального и личностного развития.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития» является дисциплиной обязательной части.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способности ее совершенствования на основе самооценки	ИД-1 _{УК-6} Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития	Продуктивно решает задачи самоорганизации и саморазвития с учетом личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и др. ресурсов.
	ИД-2 _{УК-6} Определяет приоритеты собственной деятельности, выстраивает планы их достижения	Обладает технологией целеполагания и определяет приоритеты собственной деятельности
	ИД-3 _{УК-6} Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом ресурсов, условий, средств, временной перспективы развития деятельности и планируемых результатов	Определяет цели собственной деятельности и пути их достижения
	ИД-4 _{УК-6} Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов для совершенствования своей деятельности	Оценивает эффективность использования времени и других ресурсов для совершенствования своей деятельности
	ИД-5 _{УК-6} Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков с целью совершенствования своей дея-	Мотивирован к учебной деятельности и с интересом приобретает новые знания и навыки с целью совершенствования своей дея-

	тельности	тельности
ОПК-5 Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	ИД-1 _{ОПК-5} Знает методы профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния отдельных лиц, групп или организаций	Демонстрирует высокий уровень знания методов профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния отдельных лиц, групп или организаций
ОПК-8 Способен использовать модели и методы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности психолога	ИД-2 _{ОПК-8} Умеет применять методы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности социального психолога	Способен применять методы супервизии для контроля и совершенствования профессиональной деятельности социального психолога
	ИД-3 _{ОПК-8} Владеет методами психологической супервизии, технологиями проведения индивидуальной и групповой форм супервизии для оказания помощи специалисту в решении его профессиональных проблем.	Демонстрирует владение методами психологической супервизии, технологиями проведения индивидуальной и групповой форм супервизии для оказания помощи специалисту в решении его профессиональных проблем.

4. Объем учебной дисциплины и формы контроля

Объем занятий: всего 5 з. е. 180 акад. ч	ОФО в акад. часах
Контактная работа:	
Лекции/из них практическая подготовка	36
Лабораторных работ/из них практическая подготовка	-
Практических занятий/из них практическая подготовка	36
Самостоятельная работа	108
Формы контроля	
Экзамен	-
Зачет	-
Зачет с оценкой	+

Курсовая работа	нет
-----------------	-----

Дисциплина предусматривает применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий

№	Раздел (тема) дисциплины и краткое содержание	Формируемые компетенции, индикаторы	Очная форма			Самостоятельная работа, часов	Формы текущего контроля успеваемости
			Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов				
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные		
1	Тема №1. Основы развития личности и профессиональная самореализация в процессе жизненного пути. 1. Общие подходы к пониманию личностного роста. 2. Основные свойства личности: мотивационная направленность, тип ВНД, характер, способности. 3. Жизненный сценарий и его влияние на перспективы личностного и профессионального развития. 4. Понятие, составляющие и этапы профессионального роста личности. 5. Карьера как показатель профессионального роста личности. 6. Понятие кризиса	УК-6 ИД-1_{УК-6} ИД-2_{УК-6} ИД-3_{УК-6} ИД-4_{УК-6} ИД-5_{УК-6} ОПК-5 ИД-1_{ОПК-5} ОПК-8 ИД-2_{ОПК-8} ИД-3_{ОПК-8}	6	6	-	18	собеседование
	профессионального становления личности и содержание						

	кризисов в процессе профессионализации.						
2	Тема №2. Самоменеджмент как условие профессионального роста и личностного развития 1. Составляющие и правила самоменеджмента. 2. Саморегуляция как основа организации жизнедеятельности. 3. Планирование личного времени. 4. Организация общения. 5. Технологии эффективного общения.	УК-6 ИД-1_{УК-6} ИД-2_{УК-6} ИД-3_{УК-6} ИД-4_{УК-6} ИД-5_{УК-6} ОПК-5 ИД-1_{ОПК-5} ОПК-8 ИД-2_{ОПК-8} ИД-3_{ОПК-8}	6	6	-	18	собеседование
3	Тема №3. Целеполагание как условие эффективной самоорганизации в процессе профессионального роста и личностного развития 1. Составляющие и правила самоменеджмента. 2. Саморегуляция как основа организации жизнедеятельности. 3. Планирование личного времени. 4. Организация общения. 5. Технологии эффективного общения.	УК-6 ИД-1_{УК-6} ИД-2_{УК-6} ИД-3_{УК-6} ИД-4_{УК-6} ИД-5_{УК-6} ОПК-5 ИД-1_{ОПК-5} ОПК-8 ИД-2_{ОПК-8} ИД-3_{ОПК-8}	6	6	-	18	собеседование
4	Тема №4. Профилактика профессионального выгорания и стрессовых проявлений в процессе профессиональной педагогической дея-	УК-6 ИД-1_{УК-6} ИД-2_{УК-6} ИД-3_{УК-6} ИД-4_{УК-6} ИД-5_{УК-6} ОПК-5	6	6	-	18	собеседование

	тельности 1. Понятие профессионального выгорания, его причины и основные признаки. 2. Условия и способы профилактики профессионального выгорания. 3. Влияние стресса на личность. 4. Способы преодоления и профилактики стрессов.	ИД-1_{ОПК-5} ОПК-8 ИД-2_{ОПК-8} ИД-3_{ОПК-8}					
5	Тема №5. Профессиональная и личностная успешность педагога. 1. Успех как жизненно важная потребность человека. 2. Основные стратегии успешного поведения. 3. Качества, обеспечивающие человеку личностные и субъектно-деятельностные достижения. 4. Принципы и стиль жизни эффективного человека.	УК-6 ИД-1_{УК-6} ИД-2_{УК-6} ИД-3_{УК-6} ИД-4_{УК-6} ИД-5_{УК-6} ОПК-5 ИД-1_{ОПК-5} ОПК-8 ИД-2_{ОПК-8} ИД-3_{ОПК-8}	6	6	-	18	собеседование
6	Тема №6 Технология проектирования траектории профессионального роста и личностного развития. 1. Факторы, препятствующие	УК-6 ИД-1_{УК-6} ИД-2_{УК-6} ИД-3_{УК-6} ИД-4_{УК-6} ИД-5_{УК-6} ОПК-5 ИД-1_{ОПК-5}	6	6	-	18	собеседование
	личностному и профессиональному успеху. 2. Факторы, сопутствующие успеху. 3. Имидж как средство профессионального и личностного роста.	ОПК-8 ИД-2_{ОПК-8} ИД-3_{ОПК-8}					

4. Технология достижения профессионального и жизненного успеха.						
ИТОГО за 3 семестр		36	36	-	108	
ИТОГО		36	36	-	108	

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития» базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины. ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формируемыми компетенциями в процессе освоения дисциплины.

ФОС является приложением к данной программе дисциплины (модуля).

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание следующие положения.

Дисциплина построена по тематическому принципу, каждая тема представляет собой логически завершённый раздел.

Лекционный материал посвящен рассмотрению ключевых, базовых положений курсов и разъяснению учебных заданий, выносимых на самостоятельную работу студентов.

Практические занятия проводятся с целью закрепления усвоенной информации, приобретения навыков ее применения при решении практических задач в соответствующей предметной области.

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение дополнительного материала, подготовку к практическим занятиям, а также выполнения всех видов самостоятельной работы.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить все виды самостоятельной

работы, используя рекомендуемые источники информации.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

8.1.1. Перечень основной литературы:

Психология: учебник / [В. М. Аллавердов, С. П. Безносков, В. А. Богданов и др.]; под ред. А. А. Крылова. – М.: Проспект, 2013. – 752 с. – Гриф: Доп. МО. – Библиогр.: с. 719-722. – 100 экз. – ISBN 978-5-392-08550-7.

8.1.2. Перечень дополнительной литературы:

Гуревич, П.С. Психология и педагогика: учебник / П.С. Гуревич. – М.: Юнити-Дана, 2015. – 320 с. – (Учебники профессора П.С. Гуревича). – Библиогр. в кн. – ISBN 5-238-00904-6; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=117117>

Личность профессионала в современном мире / Российская академия наук, Институт психологии; отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – Москва: Институт психологии РАН, 2013. – 944 с. – (Труды Института психологии РАН). – ISBN 978-5-9270-0272-6; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=27161410.2>.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Методические указания по выполнению практических занятий по дисциплине "Тренинг личностного роста": Специальность 37.05.02 Психология служебной деятельности. Специализации – Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях. Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности. Квалификация выпускника – специалист. Изучается в 5 семестре. Учебный план 2014 г. – Ставрополь: СКФУ, 2016. – 43 с., экземпляров неограниченно

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

- www.biblioclub.ru / Университетская библиотека ONLINE.
- <http://catalog.ncfu.ru> – автоматизированная информационно-библиотечная система «Фолиант»

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На семинарских и практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

- Информационные справочные системы:
- Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1	http://www.biblioclub.ru университетская библиотека online
2	http://elibrary.ru/ Электронно-библиотечная система elibrary»
3	http://www.iprbookshop.ru Электронно-библиотечная система IPRbooks

Программное обеспечение:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»
4	Пакет офисных программ - Р7-Офис

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Лекционные занятия	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения.
Практические занятия	Учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная мультимедийным оборудованием и техническими средствами обучения.
Самостоятельная работа	Помещение для самостоятельной работы обучающихся, оснащенное компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и возможностью доступа к электронной информационно-образовательной среде университета
Практическая подготовка	Осуществляется в структурных подразделениях университета и (или) в организациях, осуществляющих деятельность по профилю соответствующей образовательной программы, в том числе ее структурном подразделении

11. Особенности освоения дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а так же в отдельных группах.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,
- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,
- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;
- 3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;
- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.

12. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Согласно части 1 статьи 16 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» под *электронным обучением* понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников. Под *дистанционными образовательными технологиями* понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Реализация дисциплины может быть осуществлена с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения полностью или частично. Компоненты УМК дисциплины (рабочая программа дисциплины, оценочные и методические материалы, формы аттестации), реализуемой с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, содержат указание на их использование.

При организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения могут предусматриваться асинхронный и синхронный способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

При применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в расписании по дисциплине указываются: способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (ВКС-видеоконференцсвязь, ЭТ – электронное тестирование); ссылки на электронную информационно-образовательную среду СКФУ, на образовательные платформы и ресурсы иных организаций, к которым предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»; для синхронного обучения - время проведения онлайн-занятий и преподаватели; для асинхронного обучения - авторы онлайн-курсов.

При организации промежуточной аттестации с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения используются Методические рекомендации по применению технических средств, обеспечивающих объективность результатов при проведении промежуточной и государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры с применением дистанционных образовательных технологий (Письмо Минобрнауки России от 07.12.2020 г. № МН-19/1573-АН "О направлении методических рекомендаций").

Реализация дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется с использованием электронной информационно-образовательной среды СКФУ, к которой обеспечен доступ обучающихся через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», или с использованием ресурсов иных организаций, в том числе платформ, предоставляющих сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч и дистанционного обучения (МТС-Линк), а

также с использованием возможностей социальных сетей для осуществления коммуникации обучающихся и преподавателей.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, реализуемой с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, включает представленные в электронном виде рабочую программу, учебно-методические пособия или курс лекций, методические указания к выполнению различных видов учебной деятельности обучающихся, предусмотренных дисциплиной, и прочие учебно-методические материалы, размещенные в информационно-образовательной среде СКФУ.