

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Костромской государственной университет»

(КГУ)

УТВЕРЖДАЮ  
проректор по УМР

Тимонина  
Любовь  
Ильинична

Подписано цифровой  
подписью: Тимонина  
Любовь Ильинична  
Дата: 2021.03.11 14:52:45  
+03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
**ПОСТРОЕНИЕ КАРЬЕРЫ**

Квалификация выпускника: магистр

Кострома  
2019

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами по направлениям магистратуры:

Код	Наименование направления подготовки	Выходные данные ФГОС, наименование, дата утверждения
09.04.02	Информационные системы и технологии	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 09.04.02 Информационные системы и технологии, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 917 от 19.09.2017
29.04.02	Технологии и проектирование текстильных изделий	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 29.04.02 Технологии и проектирование текстильных изделий, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 965 от 22.09.2017
29.04.04	Технология художественной обработки материалов	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 29.04.04 Технология художественной обработки материалов, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 969 от 22.09.2017
29.04.01	Технология изделий легкой промышленности	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 29.04.05 Конструирование изделий легкой промышленности, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 964 от 22.09.2017
35.04.02	Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 35.04.02 Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 735 от 1.08.2017
01.04.02	Прикладная математика и информатика	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 01.04.02 Прикладная математика и информатика, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 13 от 10.10.2018
04.04.01	Химия	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 04.04.01 Химия, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 655 от 13.07.2017
44.04.02	Психолого-педагогическое образование	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 127 от 22.02.2018
44.04.03	Специальное (дефектологическое) образование	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 44.04.03 Специальное (дефектологическое) образование, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 128 от 22.02.2018
39.04.02	Социальная работа	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 39.04.02 Социальная работа, утвержденный Минобрнауки России, Приказ № 80 от 5.02.2018
03.04.02	Физика	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 03.04.02 Физика Приказ Минобрнауки от 7 августа 2020 №914
06.04.01	Биология	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 06.04.01 Биология Приказ Минобрнауки от 11 августа 2020 №934
15.04.02	Технологические машины и оборудование	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 15.04.02 Технологические машины и оборудование Приказ Минобрнауки от 14 августа 2020 №1026
27.04.04	Управление в технических системах	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 27.04.04 Управление в технических системах Приказ Минобрнауки от 11 августа 2020 №942
37.04.01	Психология	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология Приказ Минобрнауки от 29 июля 2020 №841
38.04.01	Экономика	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 38.04.01 Экономика Приказ Минобрнауки от 11 августа 2020 №939

38.04.02	Менеджмент	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 38.04.02 Менеджмент Приказ Минобрнауки от 12 августа 2020 №952
45.04.01	Филология	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 45.04.01 Приказ Филология Минобрнауки от 12 августа 2020 №980
46.04.01	История	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 46.04.01 История Приказ Минобрнауки от 18 августа 2020 №1057
54.04.01	Дизайн	ФГОС ВО - магистратура по направлению подготовки 54.04.01 Дизайн Приказ Минобрнауки от 13 августа 2020 №1004

**УТВЕРЖДЕНО:**

На заседании учебно-методического совета (УМС) Протокол заседания №8 от 07.05.2019 г.

На заседании учебно-методического совета, Протокол заседания № 4 от 09 марта 2020 г.

На заседании учебно-методического совета (УМС) Протокол заседания №4 от 09.03.2021 г.

Разработчик: Селиванова Л.И., доцент кафедры менеджмента и маркетинга, кандидат психологических наук, доцент

Рецензент: Кириллова Е.С., к.т.н., доцент кафедры информатики и вычислительной техники

## 1. Цели и задачи освоения дисциплины

По мнению мировых экспертов в области экономики ускоренное развитие технологий и сопутствующие социальные изменения лежат в основе наступившей IV промышленной революции. В частности, основатель и президент Всемирного экономического форума Клаус Мартин Шваб считает, что нас ожидают перемены такого масштаба и такой сложности, каких человечеству еще никогда не доводилось испытывать. В перспективе новый технологический переход может привести не только к революционному прорыву в эффективности и производительности труда и росту экономики, но и может стать причиной существенного дисбаланса в мировой экономике, углубляя неравенство и провоцируя риск глобальной структурной безработицы. Многие из задач, выполняемых сейчас специалистами в различных секторах экономики, будут автоматизированы или исчезнут в связи с изменением способа организации общества. Для новой экономики требуются специалисты нового типа. Перед ними стоят задачи, требующие творческого подхода и готовности к сотрудничеству с другими людьми и с системами искусственного интеллекта. Меняется сам подход к работе. Вместо привычной линейной карьеры в одной профессии человек будет заниматься реализацией своего призвания, осуществляя серию кроссотраслевых переходов между разными видами профессиональной деятельности. По словам экспертов, мир **VUCA** (**VUCA** — это аббревиатура из английских слов *volatility* (нестабильность), *uncertainty* (неопределённость), *complexity* (сложность) и *ambiguity* (неоднозначность)) напрямую связан с IV промышленной революцией и затрагивает не только экономику или национальные интересы, но и касается каждого человека.

***Цель дисциплины – привлечение внимания выпускников магистратуры к необходимости построения и развития карьеры в новых экономических условиях, формирование готовности к проектированию индивидуальных гибких карьерных траектории, возможным кроссотраслевым переходам и умения обучаться через всю жизнь (lifelong learning).***

Цель освоения дисциплины – формирование компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, а именно:

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

**Задачи дисциплины:**

### **1. Сформировать знания в области:**

- профессионального становления личности, периодизации развития человека как субъекта труда, направлений, методов и ресурсов самовоспитания и саморазвития;
- современного понимания карьеры и форм занятости, новых видов карьеры, в том числе модели проектной / портфельной карьеры;
- четвертой промышленной революции, состоянии и тенденций российского рынка труда, отраслевой структуры рынка труда Костромской области;
- национальной системы компетенций и квалификаций, дополнительного профессионального образования.

### **2. Развить умения**

- проведения карьерного SWOT-анализа;
- построения личного профессионального плана с учетом профстандартов, в том числе проектирования образовательной и карьерной траектории индивидуального развития, заполнения цифрового профиля компетенций;
- таймменеджмента и личной эффективности.

### **3. Сформировать навыки**

- владения стратегиями и технологиями поиска работы и социально-профессиональной самопрезентации, подготовки современного карьерного портфолио;
- обучения на массовых открытых онлайн-курсах (виды платформ, регистрация, выбор курсов, обучение, сертификация);
- учета требований профстандартов в построении карьеры (целевые профстандарты, обобщенная трудовая функция и название должностей, уровень квалификации и соответствие образования);

Поскольку дисциплина «Построение карьеры» имеет прикладной характер, важное место отводится приобретению практических навыков в этой сфере. По курсу предусмотрено необходимое количество часов, как для аудиторной, так и самостоятельной работы студентов. Аудиторные занятия проходят в форме лекций, семинаров, тренингов. Самостоятельная работа предусматривает изучение, обобщение и анализ материалов по темам курса, активное обращение к интернет-ресурсам:

- <https://kostroma.hh.ru> и других интернет-порталах по поиску работы;
- ведущих мировых и российских платформах онлайн-образования;
- <http://profstandart.rosmintrud.ru/>;
- <https://leader-id.ru/>.

Преподавание дисциплины осуществляется на основе опыта работы Регионального Центра содействия занятости и адаптации к рынку труда студентов и выпускников.

## **2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

ИД-1ук-6 ЗНАТЬ:

- основные принципы самовоспитания и самообразования, профессионального и личностного развития, исходя из этапов карьерного роста и требований рынка труда;
- собственную роль в качестве субъекта образовательной деятельности;
- способы совершенствования своей деятельности на основе самооценки.

ИД-2ук-6 УМЕТЬ:

- планировать свое рабочее время и время для саморазвития, формулировать цели личностного и профессионального развития и условия их достижения, исходя из тенденций развития области профессиональной деятельности, индивидуально-личностных особенностей;
- решать задачи собственного профессионального и личностного развития, включая задачи изменения карьерной траектории;
- расставлять приоритеты.

ИД-3ук-6 ВЛАДЕТЬ:

- практическим опытом получения дополнительного образования, изучения дополнительных образовательных программ;
- способами управления своей познавательной деятельностью и ее совершенствования на основе самооценки и принципов образования в течение всей жизни.

## **3. Место дисциплины в структуре ОП ВО**

Дисциплина «Построение карьеры» входит в обязательную часть учебного плана магистратуры очной и заочной формы обучения, ее объем составляет 2 зачетные единицы. Дисциплина читается в 3 семестре, вид итогового контроля - зачет.

## **4. Объем дисциплины (модуля)**

### **4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических (астрономических) часов и виды учебной работы**

<b>09.04.02</b>	<b>Информационные системы и технологии</b>	
<b>44.04.02</b>	<b>Психолого-педагогическое образование</b>	
<b>44.04.03</b>	<b>Специальное (дефектологическое) образование</b>	
<b>39.04.02</b>	<b>Социальная работа</b>	
Виды учебной работы	Всего по очной форме обучения	Всего по заочной форме обучения
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2	2
Общая трудоемкость в часах	72	72
Аудиторные занятия в часах	20	8
Лекции	14	2
Практические занятия	6	6
Лабораторные занятия	-	-
Самостоятельная работа в часах	52	60
Виды итогового контроля (трудоемкость в зачетных единицах)	Зачет	Зачет

<b>35.04.02</b>	<b>Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств</b>	
Виды учебной работы	Всего по очной форме обучения	Всего по заочной форме обучения
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2	-
Общая трудоемкость в часах	72	-
Аудиторные занятия в часах	22	-
Лекции	14	-
Практические занятия	8	-
Лабораторные занятия	-	-
Самостоятельная работа в часах	50	-
Виды итогового контроля (трудоемкость в зачетных единицах)	Зачет	-

<b>29.04.04</b>	<b>Технология художественной обработки материалов</b>	
Виды учебной работы	Всего по очной форме обучения	Всего по заочной форме обучения
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2	-
Общая трудоемкость в часах	72	-
Аудиторные занятия в часах	22	-
Лекции	14	-
Практические занятия	8	-
Лабораторные занятия	-	-
Самостоятельная работа в часах	50	-
Виды итогового контроля (трудоемкость в зачетных единицах)	Зачет	-

## 4.2. Объем контактной работы на 1 студента

<b>09.04.02</b>	<b>Информационные системы и технологии</b>
-----------------	--

<b>44.04.02</b>	<b>Психолого-педагогическое образование</b>	
<b>44.04.03</b>	<b>Специальное (дефектологическое) образование</b>	
<b>39.04.02</b>	<b>Социальная работа</b>	
Виды учебных занятий	Количество часов по очной форме обучения	Количество часов по заочной форме обучения
Лекции	14	2
Практические занятия	6	6
Контрольные работы	-	-
Консультации	0,7	
Зачет/зачеты	0,25	0,25
Экзамен/экзамены		
Курсовые работы	-	-
Всего	20,95	8.25

<b>35.04.02</b>	<b>Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств</b>	
Виды учебных занятий	Количество часов по очной форме обучения	Количество часов по заочной форме обучения
Лекции	14	-
Практические занятия	8	-
Контрольные работы	-	-
Консультации	0,7	-
Зачет/зачеты	0,25	-
Экзамен/экзамены		-
Курсовые работы	-	-
Всего	22,95	-

<b>29.04.04</b>	<b>Технология художественной обработки материалов</b>	
Виды учебных занятий	Количество часов по очной форме обучения	Количество часов по заочной форме обучения
Лекции	14	-
Практические занятия	8	-
Контрольные работы	-	-
Консультации	0,7	-
Зачет/зачеты	0,25	-
Экзамен/экзамены		-
Курсовые работы	-	-
Всего	22,95	-

## **5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий**

### **5.1. Тематический план учебной дисциплины**



### 5.1.1. Тематический план учебной дисциплины Очное обучение

<b>09.04.02</b>	<b>Информационные системы и технологии</b>					
<b>44.04.02</b>	<b>Психолого-педагогическое образование</b>					
<b>44.04.03</b>	<b>Специальное (дефектологическое) образование</b>					
<b>39.04.02</b>	<b>Социальная работа</b>					
№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические	Лабор.	
1	Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.	6	2	-	-	4
2	Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.	6	2	-	-	4
3	Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории	36	2	2	-	32
4	Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности	6	2	-	-	4
5	Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.	8	2	2	-	4
6	Личная эффективность: профессиональный план и time management.	10	4	2	-	4

Итого:	72	14	6	-	52
--------	----	----	---	---	----

<b>35.04.02 Технология лесозаготовительных и деревоперерабатывающих производств</b>						
№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические	Лабор.	
1	Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.	6	2	-	-	4
2	Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.	8	2	2	-	4
3	Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории	34	2	2	-	30
4	Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности	6	2	-	-	4
5	Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.	8	2	2	-	4
6	Личная эффективность: профессиональный план и time management.	10	4	2	-	4
Итого:		72	14	8	-	50

<b>29.04.04</b>		<b>Технология художественной обработки материалов</b>				
№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические	Лабор.	
1	Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.	4	2	-	-	2
2	Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.	10	2	4	-	4
3	Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории	30	2	2	-	26
4	Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности	6	2	-	-	4
5	Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.	10	2	4	-	4
6	Личная эффективность: профессиональный план и time management.	12	4	4	-	4
Итого:		72	14	14	-	44

### Заочное обучение

<b>09.04.02</b>	<b>Информационные системы и технологии</b>
<b>44.04.02</b>	<b>Психолого-педагогическое образование</b>
<b>44.04.03</b>	<b>Специальное (дефектологическое) образование</b>
<b>39.04.02</b>	<b>Социальная работа</b>

№	Название раздела, темы	Всего з.е/час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа
			Лекции	Практические	Лабор.	
1	Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.	10	-	-	-	10
2	Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.	10	-	-	-	10
3	Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории	12	-	2	-	10
4	Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности	12	2	-	-	10
5	Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.	12	-	2	-	10
6	Личная эффективность: профессиональный план и time management.	12	-	2	-	10
	Итого:		2	6	-	60

## **5.2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Тема 1. Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.**

Основные тренды, определяющие образ рабочего места в 21 веке: демографические изменения, сетевое общество, глобализация, экологизация, цифровизация, автоматизация. Изменение различных секторов экономики и рабочих мест. Этапы промышленных революций. Мир VUCA. Экономика совместного потребления. Общество, сконцентрированное на себе и цифровые технологии: интернет вещей, умные города, большие данные, робототехника и сервисы, блокчейн, биткоин и цепочка транзакций, 3D-печать и 3D-производство. Искусственный интеллект и рабочие места для белых воротничков.

Сущность и виды современной карьеры: профессиональная и административная; корпоративная и предпринимательская. Кросс-отраслевые профессиональные переходы. Соотношение профессионального и должностного развития. Объективные и субъективные критерии успешной карьеры. Дауншифтинг. Карьера молодого специалиста. Подходы в построении карьеры, портфель «проектов/достижений». Особенности построения карьеры в различных сферах деятельности.

Соотношение понятий: направление и направленность подготовки, профессия, должность, квалификация, компетенция. Новое понимание компетенции и компетентности. Классификация компетенций. «Длинный хвост» навыков. Новая модель навыков: «мягкие» и «жесткие» навыки (hard skills и soft skills); экзистенциальные навыки и метанавыки.

## **Тема 2. Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.**

Понятие рынка труда и рынка компетенций. Динамика процессов занятости и безработицы: географический, демографический и отраслевой аспекты. Новые сферы занятости: креативная экономика, киберэкономика, человеко-ориентированные сервисы, новый технологический сектор, экологическая сфера. Международная торговля и занятость, роль технологий и инноваций в становлении рынка труда. Трудовая миграция и ее региональные последствия. Цифровая безработица и проблема «лишних» людей.

Институционально-правовая система регулирования рынка труда.

Профстандарты и независимая сертификация квалификаций. Дорожная карта «Национальная система компетенций и квалификаций». Роль объединений работодателей в разработке профстандартов. Профстандарты: структура, разработка и утверждение, порядок и условия применения. Независимая сертификация квалификаций. Национальная рамка квалификаций: центры оценки квалификаций, экспертно-методические центры, контрольно-измерительные материалы.

## **Тема 3. Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории.**

Образование для нового сложного мира. Кризис индустриальной модели образования. Образование через всю жизнь (lifelong learning). Основное и дополнительное профессиональное образование. Повышение квалификации и профессиональная переподготовка. Документы об образовании и квалификации; документы о квалификации; документы об обучении.

Онлайн-курсы как средство интенсификации профессиональной подготовки. Российские MOOC-платформы и мировые гиганты онлайн-образования: обзор ресурсов, интерфейс, категоризация курсов, сильные и слабые стороны платформ, регистрация, выбор и запись на курсы, e-mail рассылка и оповещения, обучение, сертификация. Национальная платформа открытого образования. Конструктор образовательных курсов. Университет НТИ 20.35 и возможности платформы leader-id.ru в развитии компетенций.

Саморганизация обучения на массовых онлайн-курсах: мотивация, возможности развития компетенций, распределение временных ресурсов, контроль дедлайнов.

#### **Тема 4. Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности**

Профессиональный выбор и профессиональное самоопределение. Призвание вместо профессии. Атлас профессий. Доминирующие виды деятельности в выбранной профессии, пучок компетенций. Качества и способности, обеспечивающие успешность выполнения профессиональной деятельности. Качества, препятствующие эффективности профессиональной деятельности. Периодизации развития человека как субъекта труда. Этапы и кризисы профессионального развития. Становление профессионала и индивидуальный стиль деятельности. Направления, методы и ресурсы самовоспитания и саморазвития. Первичная профессиональная адаптация. Профилактика профессиональных деформаций и эмоционального выгорания.

#### **Тема 5. Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.**

Открытые и скрытые вакансии и внешний кадровый резерв организации. Активные и пассивные стратегии поиска работы. Обзор различных методов поиска работы и оценка их эффективности. Государственная служба по труду и занятости: специфика деятельности и виды услуг. Виды учета и присвоение статуса безработного. Кадровые агентства и агентства по трудоустройству – различия в целевой аудитории клиентов. Рекрутинговый бизнес в России. Обзор рынка кадровых агентств города.

Технология поиска работы с использованием интернет-ресурсов, универсальные и специализированные работные сайты. Технология инициативного обращения к работодателю. Костромская и московская

специфика рынка труда молодых специалистов. Целевая группа работодателей для выпускников различных направлений подготовки.

Требования работодателей к соискателям и оценка готовности к занятию должности. Ожидания работодателей от потенциальных работников: портрет «идеального» кандидата. Ожидания соискателей от работодателей по содержанию работы, а также уровню и формам оплаты труда. Трудовой договор и психологический контракт.

Рейтинги работодателей по различным критериям. Молодежный HR-брендинг. Портрет «идеального» работодателя. Признаки «хорошего» и «плохого» работодателя в содержании объявления о вакансии в организацию.

Этапы подбора персонала в организацию. Участие соискателя в отборочных процедурах и мишени влияния. Эффективное и уверенное поведение кандидата. Конкурентоспособное вхождение в организацию. Заключение трудового договора.

Стратегии и техники самопрезентации соискателя. Эффективные стратегии студента и молодого специалиста. Особенности вербального и невербального поведения. Индикаторы социальной и профессиональной компетентности соискателя. Карьерная самопрезентация посредством аккаунта в социальных сетях.

Подготовка к телефонному интервью и собеседованию. Этапы и группы вопросов на собеседовании, эффективные ответы и типичные ошибки выпускников. Причины отказа в приеме на работу. Уверенное поведение на отборочном собеседовании. Видеорезюме и онлайн-интервью.

Карьерное портфолио - комплект представительских документов: современные требования и стандарты. Структура профессионального резюме, его целевая направленность и правила оформления. Признаки конкурентоспособного резюме и основные ошибки студентов и выпускников. Мотивационное (сопроводительное письмо): цель, структура и шаблон для заполнения. Рекомендательное письмо: назначение, стиль и структура. Примеры рекомендательных писем для студента и выпускника. Виды документов об основном и дополнительном образовании и их ценность: сертификат, удостоверение, свидетельство, диплом. Виды, требования и оформление карьерного портфолио выпускника. Электронное портфолио.

## **Тема 6. Личная эффективность: профессиональный план и time management.**

Оценка профессионального потенциала с помощью психодиагностического комплекса «Профкарьера», разработанного ООО «Лаборатория Гуманитарные технологии», г. Москва. Диагностика жизненных установок, профессиональных интересов, интеллектуальных способностей, структуры трудовой мотивации и личностных качеств. Определение типа и вектора карьеры. Подбор позиций/профессий/должностей с приведением коэффициента корреляции, показывающего соответствие уникального личностного профиля требованиям должности/профессии.

Технология проведения карьерного SWOT-анализа.

Составление личного профессионального плана: этапы, цели, ценности, мотивы, блоки мероприятий, ресурсы, результаты.

## 6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

### 6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине

#### Очная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Задание	Часы	Методические рекомендации по выполнению задания	Форма контроля
1.	Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.	Просмотр видеолекций 1.4 и 1.5. по Модулю 1. Понятие профессиональной траектории	4	*) Контроль работы в рамках каждого модуля осуществляется на основе предъявляемых студентами скриншотов страницы прогресса курса. Работа засчитывается при результате тестирования выше 70 %	Тестирование
2.	Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.	Просмотр видеолекций 2.4. и 2.5 по Модулю 2. Профессиональный потенциал сотрудника.	4		Тестирование
3.	Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории	Найти курсы по теме профессионального развития на разных онлайн платформах и записаться на самостоятельное обучение на выбранные курсы. Обосновать свой выбор.	32/30 /26		Скриншоты записей на курсы



4.	Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности	Просмотр видеолекций 3.4. и 3.5. по Модулю 3. Проблемы построения профессиональной перспективы	4		Тестирование
5.	Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.	Просмотр видеолекций 4.4. и 4.5. по Модулю 4. Управление планированием профессиональной траектории	4		Тестирование
6.	Личная эффективность: профессиональный план и time management.	Просмотр видеолекций 5.4. и 5.5. по Модулю 5. Управление реализацией профессиональной траектории	4		Тестирование

### Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Задание	Часы	Методические рекомендации по выполнению задания	Форма контроля
1.	Построение и развитие карьеры в условиях IV промышленной революции. VUCA-мир.	Просмотр видеолекций по Модулю 1. Понятие профессиональной траектории	10	*) Контроль работы в рамках каждого модуля осуществляется на основе предъявляемых	Тестирование
2.	Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.	Просмотр видеолекций по Модулю 2. Профессиональный потенциал сотрудника.	10		Тестирование

3.	Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории	Найти курсы по теме профессионального развития на разных онлайн платформах и записаться на самостоятельное обучение на 1 выбранный курс. Обосновать свой выбор.	10	студентами скриншотов страницы прогресса курса. Работа засчитывается при результате тестирования выше 70 %	Скриншоты записей на курсы
4.	Профессиональное развитие личности и становление индивидуального стиля деятельности	Просмотр видеолекций по Модулю 3. Проблемы построения профессиональной перспективы	10		Тестирование
5.	Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.	Просмотр видеолекций по Модулю 4. Управление планированием профессиональной траектории	10		Тестирование
6.		Личная эффективность: профессиональный план и time management.	Просмотр видеолекций по Модулю 5. Управление реализацией профессиональной траектории		10

\*) Самостоятельная работа студентов включает изучение курса «Менеджмент профессиональной траектории (Career path management)» на платформе <https://www.coursera.org/learn/management-proftraektorii> Курс разработан Томским государственным университетом и направлен на обучение современным способам управления карьерой специалиста, освоение базовых техник раскрытия потенциала сотрудника организации, изучение инструментов управления профессиональной траекторией сотрудника, изучение инструментов активизации и формирования профессиональной перспективы сотрудника. Результаты обучения:

- изучение современных подходов к пониманию профессиональной траектории, профессионального развития и профессиональной карьеры сотрудника;

- изучение способов выявления профессионального потенциала;

- овладение базовыми инструментами управления профессиональной траекторией;
- изучение современных стратегий развития персонала организации;
- обучение способам профилактики и преодоления профессиональных кризисов и деструкций специалистов.

Каждый раздел курса завершается выполнением контрольного теста. Контроль выполнения которого осуществляется на основе предъявляемых студентами скриншотами страниц прогресса курса. Изучение курса рассчитано на 5 недель.

**Методические рекомендации для подготовки к семинарским занятиям.** Семинарское занятие подразумевает два вида работ: подготовку сообщения на заданную тему и участие в обсуждении проблемы, затронутой сообщением. Сообщение не является принципиальным моментом семинара, будучи только провокацией, катализатором следующего за ним обсуждения. Сообщение должно занимать по времени не более 3 – 5 минут. Основным видом работы на семинаре – участие в обсуждении проблемы. Принципиальной разницы между подготовкой сообщения и подготовкой к обсуждению не существует. Отличие состоит в более тщательной работе с готовым материалом – лучшей его организации для подачи аудитории. Подготовка к практическому (семинарскому) занятию начинается с тщательного ознакомления с условиями предстоящей работы, т. е. с обращения к планам семинарских занятий. Определившись с проблемой, привлекающей наибольшее внимание, следует обратиться к рекомендуемым источникам. Имейте в виду, что в семинаре участвует вся группа, а потому задание к практическому занятию следует распределить на весь коллектив. Задание должно быть охвачено полностью и рекомендованная литература должна быть освоена группой в полном объёме. Для полноценной подготовки к практическому занятию чтения учебника крайне недостаточно – в учебных пособиях излагаются только принципиальные основы, в то время как в монографиях и статьях на ту или иную тему поднимаемый вопрос рассматривается с разных ракурсов или ракурса одного, но в любом случае достаточно подробно и глубоко. Тем не менее, для того, чтобы должным образом сориентироваться в сути задания, сначала следует ознакомиться с соответствующим текстом учебника – вне зависимости от того, предусмотрена ли лекция в дополнение к данному семинару или нет. Работа с источниками: ресурс в интернет, статья ли это или монография, состоит из трёх этапов – чтения, краткого конспектирования, заключительного обобщения сути изучаемой проблемы. Прежде, чем браться за конспектирование, скажем, статьи, следует её хотя бы однажды прочитать, чтобы составить о ней предварительное мнение, постараться выделить основную мысль или несколько базовых точек, опираясь на которые можно будет в дальнейшем работать с текстом. Конспектирование – дело очень тонкое и трудоёмкое, в общем виде может быть определено как фиксация основных положений и отличительных черт рассматриваемого труда вместе с

творческой переработкой идей, в нём содержащихся. Конспектирование – один из эффективных способов усвоения письменного текста. Достоинством заключительного обобщения как самостоятельного этапа работы с текстом является то, что здесь читатель, будучи автором обобщений, отделяет себя от статьи, что является гарантией независимости читателя от текста. Если программа занятия предусматривает работу с источником, то этой стороне подготовки к семинару следует уделить пристальное внимание. В сущности, разбор источника не отличается от работы с литературой – то же чтение, конспектирование, обобщение. Вот несколько правил поведения на семинарских занятиях: на семинар желательно являться с запасом сформулированных идей, хорошо, если они будут собственного производства; если вы собираетесь пользоваться чужими формулировками, то постарайтесь в них сориентироваться как можно лучше; если вы что-то решили произнести на семинаре, то пусть это будет нечто стоящее – не следует сотрясать воздух пустыми фразами; выступления должны быть по возможности компактными и в то же время вразумительными, не занимайте эфир надолго. Старайтесь не перебивать говорящего, это некорректно; замечания, возражения и дополнения следуют обычно по окончании текущего выступления. На семинаре идёт не проверка вашей подготовки к занятию (подготовка есть необходимое условие), но степень проникновения в суть материала, обсуждаемой проблемы. Поэтому беседа будет идти не по содержанию прочитанных работ; преподаватель будет ставить проблемные вопросы, не все из которых могут прямо относиться к обработанной вами литературе. По окончании практического занятия к нему следует обратиться ещё раз, повторив выводы, сконструированные на семинаре, проследив логику их построения, отметив положения, лежащие в их основе – для этого в течение семинара следует делать небольшие пометки. Вышеприведённая процедура должна практиковаться регулярно – стабильная и прилежная работа в течение семестра суть залог успеха на сессии.

## **6.2. Тематика и задания для практических занятий**

**Тема 2. Современные тенденции в занятости и формирование мирового, российского и регионального рынка труда. Национальная система компетенций и квалификаций.**

Вопросы для обсуждения на семинаре.

1. Анализ профстандартов в выбранной профессиональной сфере: структура, разработка и утверждение, порядок и условия применения.
2. Обобщенные трудовые функции и варианты названия должностей в организации.
3. Максимальный и минимальный уровень квалификации в профстандарте: должностной статус, ответственность, полномочия, зона должностного роста.

4. Требования к образованию: образовательный статус и зона развития. Допустимые высокий и низкий порог вхождения в должность/профессию.
5. Советы по профквалификациям и объединения работодателей.
6. Центры оценки квалификаций в выбранной профессиональной сфере. Контрольно-измерительные материалы и процедура сертификации.

**Задание:** Проанализировать выбранный и утвержденный профстандарт на предмет обобщенных трудовых функций и личной готовности к их выполнению. Сформулировать рекомендации по подготовке к независимой сертификации квалификаций по выбранному профстандарту.

**Методические рекомендации:** посетить сайт <http://profstandart.rosmintrud.ru/>, найти интересующий профстандарт и изучить его на предмет выделенных обобщенных трудовых функций, уровней квалификаций и требований к образованию. Сделать выводы по личному соответствию и готовности к выполнению профессиональной деятельности.

### **Тема 3. Рынок офлайн и онлайн-образования: построение непрерывной образовательной траектории.**

#### **Вопросы для обсуждения на семинаре.**

1. Современное представление непрерывного образования. Образование через всю жизнь (lifelong learning).

2. Основное и дополнительное профессиональное образование. Повышение квалификации и профессиональная переподготовка. Документы об образовании и квалификации; документы о квалификации; документы об обучении. Примеры документов установленного образца, обязательные реквизиты. Федеральная информационная система «Федеральный реестр сведений о документах об образовании».

3. Обзор рынка офлайн-образования в регионе, в ЦФО: виды курсов, содержание программ, стоимость обучения.

4. Обзор рынка онлайн-образования. Примеры платформ: обзор ресурсов, интерфейс, категоризация курсов, сильные и слабые стороны платформ, регистрация, выбор и запись на курсы, e-mail рассылка и оповещения, обучение, сертификация. Национальная платформа открытого образования.

5. Конструктор образовательных курсов.

6. Университет НТИ 20.35 и возможности платформы leader-id.ru в развитии компетенций.

**Задание:** записаться на курс «Менеджмент профессиональной траектории (Career path management)» на платформе [«https://www.coursera.org/learn/management-proftraektorii»](https://www.coursera.org/learn/management-proftraektorii) Пройти обучение и представить на зачет скриншот прогресса курса.

## **Тема 5. Современные стратегии и технологии формальной и неформальной, первичной и вторичной занятости. Цифровой след карьеры.**

### **Вопросы для обсуждения на семинаре.**

1. Обоснование индивидуальной стратегии поиска работы.
2. Государственная служба по труду и занятости: специфика деятельности и виды услуг в Костроме. Виды учета и присвоение статуса безработного.
4. Кадровые агентства и агентства по трудоустройству – различия в целевой аудитории клиентов. Рекрутинговый бизнес в России. Обзор рынка кадровых агентств города Костромы.
5. Обсуждение опыта инициативного обращения к работодателю.
6. Технология поиска работы с использованием интернет-ресурсов, универсальные и специализированные работные сайты.
7. Обсуждение примеров перспективных и тупиковых вакансий.

**Задание:** подобрать материал о целевых работодателях.

**Методические рекомендации:** используя справочно-информационные системы ПУЛЬС и дубльГИС сначала составить перечень организаций–работодателей в которых возможно трудоустройство по полученной профессии. Далее проанализировать информацию об этих компаниях, посетив их интернет-сайты и дать оценку перспективности трудоустройства на различные должности.

**Форма контроля:** отчет по исследовательской работе.

### **Семинар-тренинг «Профессиональная самопрезентация»**

1. Отработка навыков вербального и невербального поведения. Индикаторы социальной и профессиональной компетентности соискателя.
2. Подготовка к телефонному интервью и собеседованию. Этапы и группы вопросов на собеседовании, эффективные ответы и типичные ошибки выпускников.
3. Типичные причины отказа в приеме на работу.
4. Тренинг уверенного поведения на отборочном собеседовании.
5. Обсуждение примеров онлайн-интервью.

### **Мастер-класс «Карьерное портфолио»**

1. Обсуждение примеров карьерного портфолио: комплект представительских документов. Современные требования и стандарты. Типичные ошибки.
2. Заполнение цифрового профиля компетенций на платформе Заполнение цифрового профиля компетенций на платформе Leader-id.

**Задание:** подготовить пакет представительских документов для работодателей

**Методические рекомендации:**

1. Посетить университетский сайт [ksu.edu.ru](http://ksu.edu.ru) и в разделе «карьерное портфолио» изучить комплект документов для работодателей, можно воспользоваться предложенными образцами.

2. Посетить сайт <https://leader-id.ru/> Изучить меню, вкладки, подобрать мероприятия для участия, заполнить цифровой профиль компетенций по состоянию на текущий момент.

**Форма контроля:** участие в конкурсе резюме.

## **Тема 6. Личная эффективность: профессиональный план и time management.**

1. Тестирование с помощью психодиагностического комплекса «Профкарьера». Тестирование включает в себя прохождение 5-ти тестов по направлениям:

Профессиональные интересы – определение того, чем человеку хочется заниматься в профессиональной деятельности.

Позволяет ответить на вопросы: в какой организации человеку лучше работать, какая позиция и должность подойдет ему в большей степени.

Профессиональные способности – определение интеллектуальных способностей и возможностей человека, их применимость к тем или иным видам деятельности.

Позволяет понять, на какие стороны интеллекта человеку лучше положиться, а какие имеет смысл активнее развивать.

Профессиональная мотивация – определение основных профессионально важных мотивов и потребностей, которые определяют пути построения карьеры.

Позволяет определить, какой тип карьерного развития позволит студенту или специалисту максимально раскрыть свой потенциал.

Структура личности – выявление личностных особенностей и склонностей (характера), являющихся базой успешного и верного профессионального развития.

Помогает выяснить, в какой сфере деятельности специалист со своими личностными особенностями будет наиболее успешен и удовлетворен.

Жизненные установки – определение основных ценностей человека, его подходов к решению жизненных задач; определение способности и умения человека самостоятельно находить смысл и интерес для себя как в профессиональной жизни, так и в целом.

Помогает осознать, какими жизненными ценностями человек руководствуется, принимая решения о своем профессиональном будущем, и как они могут сказаться на его дальнейшей жизни.

По итогам тестирования проводится групповая и индивидуальная консультации. В процессе консультации сначала выясняется основная проблема или трудности, обсуждаются и разъясняются результаты по тестам, далее консультант вместе с человеком вырабатывает наиболее оптимальные пути по решению тех вопросов, с которыми пришел студент.

Основные цели:

- помочь студенту осознать себя – свои способности, свой личностный склад, свои интересы и ценности

- помочь построить свою профессиональную карьеру, так чтобы студент в дальнейшем ощущал себя на своем месте, чувствовал, что в профессиональной деятельности реализуется его потенциал, его ценности

Какие результаты и выводы можно сделать по итогам тестирования и консультации?

1) Определение должностной позиции.

По итогам тестирования студент получает списки конкретных позиций, существующих на современном рынке труда, наиболее подходящих ему по его профессиональным интересам и наклонностям. Это могут быть, например, аудитор-аналитик, технический дизайнер, менеджер по обучению персонала, бренд-менеджер, журналист, различные руководящие позиции и еще порядка 50-ти существующих на рынке вариантов. Затем отбираются и обсуждаются те позиции, на которые стоит ориентироваться в первую очередь, а какие стоит исключить из рассмотрения.

2) Составление оптимального карьерного и профессионального пути.

В процессе консультации вырабатываются конкретные шаги по построению дальнейшего профессионального пути. Развиваться человеку по управленческой стезе или предпочесть путь специалиста? Если выбрать путь управленца, то на какие позиции ориентироваться, где продвижение будет наиболее эффективным и соответствовать возможностям человека? Какие препятствия могут встать на пути? Эти и другие вопросы стоят в рассмотрении консультанта и человека.

3) Выбор сферы приложения своих знаний и образования.

Есть востребованные специальности (например, IT-специалисты), есть невостребованные. Есть более "узкозаточенное" обучение, есть менее специализированное образование (например, философы). Одни люди хорошо ориентируются на рынке труда и прекрасно знают, куда идти и что выбирать, другие находятся «как в тумане». Одна из задач занятия – обозначить те варианты приложения себя, где человек с данным образованием, со своими уникальными способностями, личностными особенностями может успешно и с интересом для себя реализовать.

4) Знание своих сильных и слабых сторон

Это основа будущей конкурентоспособности, позиционирования на рынке труда и продуктивности на работе. Простой пример – сколько молодых и уже опытных специалистов не знают, что писать в резюме в разделе «дополнительная информация» про свои личные характеристики. Чаще всего пишут: «высокая работоспособность, стрессоустойчивость, коммуникабельность», а часто и думают про себя то же самое. Потом, на практике, такое "самопонимание" может сыграть и против человека, тем более, если он действительно попадает в рабочие ситуации, где необходимо будет проявить высокую стрессоустойчивость, коммуникабельность и т.п., а он не обладает данными качествами. При этом он может обладать другими достоинствами, которые нужно применять в работе совершенно другого рода. Анализируя результаты тестирования, преподаватель рассказывает не только о



сильных сторонах и возможностях их применения, но и обозначает слабые стороны и пути их компенсации и развития.

2. Проведение карьерного SWOT-анализа. Методика проведения подробно описана в монографии Селивановой Л.И. «Управление человеческими ресурсами и карьерное консультирование молодежи» (п.3 в списке литературы)

## **7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

*а) основная:*

1. Шапиро, С.А. Управление трудовой карьерой работников организации : учебное пособие / С.А. Шапиро, П.И. Ананченкова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 300 с. : ил., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-9323-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469693>
2. Карьерный менеджмент: Учебное пособие / С.Д. Резник, И.А. Игошина; Под общ. ред. С.Д. Резника. - 2-е изд. - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 237 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование: Бакалавриат). (переплет) ISBN 978-5-16-009452-6, 200 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=443291>
3. Селиванова, Л.И. Управление человеческими ресурсами и карьерное консультирование молодежи. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2014 . – 412 с. ISBN 978-5-7591-1457-4

*б) дополнительная:*

Зайцев, Геннадий Григорьевич. Управление деловой карьерой : учеб. пособ. по спец. "Управление персоналом" / Зайцев Геннадий Григорьевич, Черкасская Галина Викторовна. - Москва : Академия, 2007. - 256 с. - (Высшее профессиональное образование). - УМО спец.- Управление персоналом. - ОПД. - ISBN 978-5-7695-3178-1 : 124.74; 280.00.

## **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

В качестве учебно-методической поддержки изучения курса «Построение карьеры на рынке компетенций» используется Online-курс «Менеджмент профессиональной траектории (Career path management)» на платформе «<https://www.coursera.org/learn/management-proftraektorii>» разработанный Томским государственным университетом.

<https://kostroma.hh.ru/> - IT-сервис по поиску работы и подбору сотрудников. Работа, вакансии, база резюме, поиск работы на HeadHunter (hh.ru)

<https://www.superjob.ru/> - IT-сервис по поиску работы и подбору сотрудников.

<https://www.avito.ru> > Кострома > Работа - IT-сервис по поиску работы и подбору сотрудников.

<http://profstandart.rosmintrud.ru/> - Сайт Росминтруда, содержащий профстандарты, включенные в реестр Минтруда РФ.

<https://leader-id.ru/> - Институт развития лидеров - стратегическая инициатива Агентства, реализуемая с целью развития и поддержки лидеров – вовлечения активной части гражданского общества в деятельность осуществляемую Агентством, поддержки и сопровождения лидерских проектов, а так же система разнообразных «социальных лифтов», позволяющих достигать нового уровня карьерного, профессионального, личностного и социального развития.

<https://2035.university/> - Университет 20.35, обеспечивающий профессиональное развитие человека в цифровой экономике. Он будет ориентирован на подготовку лидеров компаний, участников Национальной технологической инициативы (НТИ) и специалистов, работающих на новых глобальных рынках.

<https://openedu.ru/> - «Открытое образование» - современная образовательная платформа, предлагающая онлайн-курсы по базовым дисциплинам, изучаемым в российских университетах. Платформа создана Ассоциацией "Национальная платформа открытого образования", учрежденной ведущими университетами - МГУ им. М.В. Ломоносова, СПбПУ, СПбГУ, НИТУ «МИСиС», НИУ ВШЭ, МФТИ, УрФУ и Университет ИТМО. Все курсы, размещенные на Платформе, доступны бесплатно и без формальных требований к базовому уровню образования. В сравнении с курсами других платформ онлайн-обучения, курсы национальной платформы имеют определенные особенности:

- все курсы разрабатываются в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов;
- все курсы соответствуют требованиям к результатам обучения образовательных программ, реализуемых в вузах;
- особое внимание уделяется эффективности и качеству онлайн-курсов, а также процедурам оценки результатов обучения.

## **9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Место проведения занятий: ул. 1 Мая 14а, корпус В1, ауд. 26 на 72 посадочных места, оснащена мультимедиапроектором, экраном, доской, имеется свободный доступ WiFi, может быть приспособлена для тренинговых занятий.

Место проведения психологического тестирования: ул. 1 Мая 14, корпус А1, ауд. 3-217, компьютерный класс на 7 посадочных мест, установлена автоматизированная методика «ПРОФКАРЬЕРА» (версии Сетевая/Стандарт, локальная сеть до 20 рабочих мест), разработчик – ООО «Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии», г. Москва, лицензия на 1500 тестирований/ протоколов. (Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2008612057, зарегистрировано в Реестре программ

для ЭВМ 25 апреля 2008 г.)