

## 1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Профессионально-личностное саморазвитие» является повышение уровня личностной зрелости обучающихся для эффективного включения студентов в инклюзивное образовательное пространство на основе осознания своих индивидуальных возможностей и способностей. Необходимость достижения результатов образования на уровне магистратуры связано со становлением личности обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и освоением им механизмов социальной и профессиональной адаптации, а также умения разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития, формирования мотивации и личностных стимулов непрерывного само-образования для реализации в учебной и профессиональной деятельности в современных социально-экономических условиях.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Профессионально-личностное саморазвитие» (Б1.В.ДВ.01.04) относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1. Дисциплины (модули) учебного плана ООП. На ее изучение отводится 72 часа.

Дисциплина «Профессионально-личностное саморазвитие» является адаптационной дисциплиной, предназначенной для повышения уровня личностной зрелости лиц с ограниченными возможностями здоровья. Освоение дисциплины способствует устранению нарушений эмоционально-волевой сферы, формированию адекватного отношения к собственным психофизическим особенностям и саморегуляции при общении и взаимодействии в коллективе, формированию индивидуального стиля деятельности в соответствии с индивидуальными психофизическими возможностями, повышению уровня социальной адаптации в учебной и будущей профессиональной деятельности.

## 3. Результаты обучения по дисциплине

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора (индикаторов) достижения компетенции	Результаты обучения
<b>УК-3</b> Способен организовать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели	<b>1.1_УК-3</b> Понимает эффективность использования стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели, определяет роль каждого участника в команде <b>2.1. УК-3</b> Вырабатывает стратегию сотрудничества и на ее основе организует работу команды для достижения поставленной	Знать: основы и сущность профессионального самоопределения и профессионального развития; комплекс понятий: профессионализм, профессионал, профессиограмма, культура профессионально-личностного самоопределения; - свои индивидуальные професси-

	<p>цели</p> <p><b>2.1. УК-3.1</b> Учитывает в совместной деятельности особенности поведения и общения разных людей</p> <p><b>УК-3</b> Обладает навыками преодоления возникающих в команде разногласий, споров и конфликтов на основе учета интересов всех сторон. Соблюдает этические нормы взаимодействия</p>	<p>ональные возможности и способности;</p> <p>роль и значение индивидуальной траектории самоопределения и самореализации в современных социально-экономических условиях производства;</p> <p>механизмы социальной адаптации в коллективе;</p> <p>свои психологические особенности и возможное их влияние на практику общения в коллективе.</p>
4.1.	<p><b>УК-3</b> Демонстрирует понимание результатов действий, планирует последовательность шагов для достижения поставленной Цели.</p>	<p>Уметь:</p> <p>толерантно воспринимать людей, учитывая их социальные, этические, профессиональные и культурные различия;</p>
4.2.	<p><b>УК-3</b> Эффективно взаимодействует с членами команды, участвует в обмене информацией, знаниями и опытом.</p>	<p>распознавать индивидуальные психологические особенности, цели, мотивы и состояния;</p> <p>осуществлять осознанный выбор траектории собственного профессионального обучения;</p> <p>планировать и составлять временную перспективу своего будущего, ставить задачи профессионального и личностного развития;</p> <p>выявлять проблемы социально-профессиональных ситуаций, планировать и организовывать деятельность по их разрешению;</p> <p>разрабатывать индивидуальную программу профессионально-личностного роста и саморазвития</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- адекватно использовать права инвалидов в различных жизненных и профессиональных ситуациях.</li> <li>- Владеть:</li> <li>- навыками формирования временной перспективы будущего: личных целей, планов профессиональной деятельности и выбора путей их осуществления;</li> <li>- основными технологиями интеллектуально-личностного саморазвития;</li> <li>- навыками организации совместной учебной, социокультурной и профессиональной деятельности коллектива;</li> <li>- приемами психологической защиты от негативных, травмирующих переживаний;</li> <li>- навыками осознанного применения норм закона, относящихся к правам инвалидов с точки зрения их реализации в конкретных</li> </ul>
<p><b>УК-6</b></p> <p>Способен определить и реализовать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки</p>	<p><b>УК-6.1.</b> Применяет рефлексивные методы в процессе оценки разнообразных ресурсов (личностных, психофизиологических, ситуативных, временных и т.д.), используемых для решения задач самоорганизации и саморазвития</p> <p><b>УК-6.1.</b> Самостоятельно выявляет мотивы и стимулы для саморазвития, определяя реалистические цели профессионального роста.</p>	<p>жизненных и профессиональных ситуациях</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы управления имеющимися человеческими ресурсами, в том числе ограниченными;</li> <li>- приемы управления своим временем;</li> <li>- правила активного стиля общения и успешной самопрезентации в деловой коммуникации.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- толерантно воспринимать и правильно оценивать</li> </ul>

	<p><b>КУ- 6.2.</b> Определяет приоритеты собственной деятельности, выстраивает планы их достижения</p> <p><b>2.1 УК-6.1.</b> Формулирует цели собственной деятельности, определяет пути их достижения с учетом ресурсов, условий, средств, временной перспективы развития деятельности</p> <p><b>УК-6.1.</b> Действует в условиях неопределенности, корректируя планы и шаги по их реализации с учетом имеющихся ресурсов.</p> <p><b>УК-6.1.</b> Демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков с целью совершенствования своей деятельности</p>	<p>людей, включая их индивидуальные характеристики, особенности, цели, мотивы, намерения, состояния;</p> <p>- учитывать особенности общения и взаимодействия в условиях дефицита обратной связи и сенсорной информации партнеров по общению;</p> <p>- выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития.</p> <p>Владеть:</p> <p>- навыками планирования перспективных целей с учетом личностных возможностей и ограничений;</p> <p>- навыками выстраивания траектории саморазвития с учетом собственных ресурсов;</p> <p>- навыками взаимодействия с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья.</p>
--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72час.

№ п/ п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семест-ра	Виды учебной работы, вклю- чая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Формы промежуточ- ной аттеста-ции (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия		СР	
					Обща я тру- доём- кость	Из них – прак- тиче- ская подгот овка		
1.	Саморазвитие лич-	Уст.		4	4	0	4	Подготовка

	ности: теоретико-методологические основы							рефератов
2	Социально-правовая поддержка профессионального становления	У		4	4	0	4	Подготовить перечень нормативно-правовых документов
3	Технологии интеллектуально-личностного саморазвития	1		4	4	0	4	Подготовка отчета по итогам самодиагностики
4	Социально-коммуникативные основы профессионально-личностного саморазвития	1		4		0	4	Проведение самодиагностики.
5	Индивидуальная программа профессионально-личностного роста и саморазвития	1		4		0	4	Подготовка презентации
6	Профилактика профессионального выгорания специалиста	1		2	2	0	4	Участие в тренинге
						0	28	
	<b>Всего - 72</b>			22	22	0	28	<b>Зачет - 2</b>

### Содержание дисциплины

**Раздел 1. Саморазвитие личности: теоретико-методологические основы** Понятие о личности в психологии. Личность и профессия человека. Эмоции и чувства, их роль в профессиональной деятельности человека. Волевая регуляция поведения человека. Самооценка и уровень притязаний. Понятие направленности личности. Общие и специальные способности.

Учет особенностей личности при выборе профессии.

Этапы профессионального становления личности: оптация, профессиональная подготовка, профессиональная адаптация, профессиональное мастерство. Профессиональная пригодности и непригодность. Постановка жизненных и профессиональных целей.

Саморазвитие как результат профессионального творчества. Структура профессионального самосознания: сознание своей принадлежности к определенной профессиональной общности; знание, мнение о степени своего соответствия профессиональным эталонам; знание человека о степени его признания в профессиональной группе; знание о своих сильных и слабых сторонах, путях

самосовершенствования, вероятных зонах успехов и неудач; представление о себе и своей работе в будущем. Характеристики профессионального саморазвития (А.К.Маркова): профессиональное самосознание, принятие себя как профессионала; постоянное самоопределение; саморазвитие профессиональных способностей, самопроектирование. Стадии профессионального развития Д.Сьюпера (пробуждение, исследование, консолидация, сохранение, спад).

## **Раздел 2. Социально-правовая поддержка профессионального становления**

Основные международные документы, регламентирующие права человека, в том числе права инвалида (Конвенция ООН о правах инвалидов). Законодательные основы прав инвалидов в Российской Федерации (Конституция РФ, Гражданский кодекс в части статей о гражданских правах инвалидов). Правовые основы реабилитации инвалидов Медико-социальная экспертиза. Порядок и условия установления инвалидности. Индивидуальная программа реабилитации и абилитации (ИПРА). Правовые гарантии инвалидам в области социальной защиты ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации». Правовые гарантии инвалидам в области образования ФЗ «Об образовании в РФ»). Правовые гарантии инвалидам в сфере трудовой деятельности (Трудовой кодекс в части статей о трудовых правах инвалидов).