

**Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого»**

СОГЛАСОВАНО

Директор ИБСиБ

_____ А.В. Васин

«30» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

None

_____ «25» июня 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«Карьерная адаптивность»

Разработчик

Дирекция основных образовательных программ

Направление (специальность)
подготовки

06.05.01 Биоинженерия и биоинформатика

Наименование ООП

06.05.01_01 Биоинженерия и биоинформатика

Квалификация (степень)
выпускника

биоинженер и биоинформатик

Образовательный стандарт

СУОС

Форма обучения

Очная

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ОП

_____ Д.И. Богомаз

«15» апреля 2025 г.

Соответствует СУОС

Утверждена протоколом заседания
"ДООП"

от «15» апреля 2025 г. № 6

РПД разработал:

Доцент, к.б.н. Д.И. Богомаз

1. Цели и планируемые результаты изучения дисциплины

Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является проектирование будущей карьеры в современных динамичных социально-экономических условиях с учётом способностей обучающихся, максимальной профессиональной и личностной самореализации при сохранении здоровья и жизненного потенциала.

Результаты обучения выпускника

Код	Результат обучения (компетенция) выпускника ООП
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки и образования в течение всей жизни
ИД-2 УК-6	Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста
ПК-0	Способен изучать области знаний, находящиеся за пределами непосредственной сферы профессиональной деятельности
ИД-1 ПК-0	Планирует карьеру посредством исследования возможностей профессионального выбора
ИД-2 ПК-0	Выбирает и реализует с использованием инструментов непрерывного образования возможности развития профессиональных компетенций и социальных навыков

Планируемые результаты изучения дисциплины

знания:

- Знает требования рынка труда и предложения образовательных услуг
- Знает правила эффективного применения технологий электронного обучения в образовательной, научно-исследовательской и профессиональной деятельности
- Знает инструменты непрерывного образования для развития профессиональных компетенций

умения:

- Умеет обосновать выбор образовательных услуг с учетом оценки своих ресурсов и возможностей самообразования
- Умеет организовывать совместную деятельность в образовательной, научно-исследовательской и профессиональной деятельности

- Умеет использовать методы и способы непрерывного образования и возможности развития профессиональных компетенций

навыки:

- Владеет навыками использования различных онлайн-ресурсов в образовательной, научно-исследовательской и профессиональной деятельности
- Владеет инструментами непрерывного образования и социальными навыками

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина относится к Модулю мобильности учебного плана ООП обеспечивающего формирование компетенций в областях (сферах) деятельности, отличных от основного (базового) направления подготовки. Для изучения данного курса необходимы знания, получаемые последовательно в ходе изучения дисциплин общеобразовательного модуля, модуля изучения иностранного языка, модуля информационных технологий. В ходе изучения сопутствующих и последующих дисциплин обучающиеся получают возможность применить полученные знания и навыки для наиболее адекватного решения задач своей будущей профессиональной деятельности.

3. Распределение трудоёмкости освоения дисциплины по видам учебной работы и формы текущего контроля и промежуточной аттестации

3.1. Виды учебной работы

Виды учебной работы	Трудоёмкость по семестрам
	Очная форма
Лекционные занятия	4
Контроль самостоятельной работы	20
Самостоятельная работа	174
Часы на контроль	10
Промежуточная аттестация (зачет)	8
Общая трудоёмкость освоения дисциплины	216, ач
	6, зет

3.2. Формы текущего контроля и промежуточной аттестации

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации	Количество по семестрам
	Очная форма
Промежуточная аттестация	
Зачеты, шт.	2

4. Содержание и результаты обучения

4.1 Разделы дисциплины и виды учебной работы

№ раздела	Разделы дисциплины, мероприятия текущего контроля	Очная форма		
		Лек, ач	Пр, ач	СР, ач
1.	Личность и карьера.			
1.1.	Роль личности в продвижении по карьерной лестнице	2	0	0
2.	Технологии самокоррекции и саморазвития			
2.1.	Методика работы с технологиями самокоррекции.	2	0	0
2.2.	Методика работы с технологиями саморазвития.	2	0	0
3.	Самостоятельное изучение курса (дисциплины)			
3.1.	Выбор курса для самостоятельного изучения	0	0	309
4.	Подготовка и сдача рефлексивного эссе			
4.1.	Промежуточный контроль по курсу (дисциплине)	0	0	12
Итого по видам учебной работы:		6	0	327
Зачеты, ач				27
Часы на контроль, ач				27
Общая трудоёмкость освоения: ач / зет		360 / 10		

4.2. Содержание разделов и результаты изучения дисциплины

Раздел дисциплины	Содержание
1. Личность и карьера.	
1.1. Роль личности в продвижении по карьерной лестнице	Понятия: «карьера», «карьерный рост», «адаптация», «адаптивность», «карьерная адаптивность». Эмоциональная устойчивость. Критерии карьерного роста. Показатели карьерной адаптивности.
2. Технологии самокоррекции и саморазвития	
2.1. Методика работы с технологиями самокоррекции.	Понятие о технологиях самокоррекции; характеристика информационного поля. Три стороны регулятивной системы человека.
2.2. Методика работы с технологиями саморазвития.	Характеристика технологий саморазвития. Гносеологические основы саморазвития личности.
3. Самостоятельное изучение курса (дисциплины)	
3.1. Выбор курса для самостоятельного изучения	Правила изучения и прохождения материала. Демонстрация результатов освоения материалов курса. Демонстрация результатов освоения дисциплины для будущего карьерного роста.
4. Подготовка и сдача рефлексивного эссе	
4.1. Промежуточный контроль по курсу (дисциплине)	Правила прохождения промежуточного контроля. Порядок перезачета дисциплин, изученных в рамках настоящего курса. Признание результатов обучения.

5. Образовательные технологии

Для достижения планируемых результатов обучения в курсе используются информационно-коммуникационные технологии, опережающая самостоятельная работа, элементы традиционной лекционно-семинарской системы.

6. Лабораторный практикум

Не предусмотрено

7. Практические занятия

Не предусмотрено

8. Организация и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Примерная тематика тестов и методик для самостоятельной диагностики

Тестирование по методикам: «Шкала Рокича (терминальные и инструментальные ценности», «Хочу» - «Должен» - «Могу», «Тест на стресс», «Тест на уровень эмоциональности», «Тест на уровень уверенности в себе», «Тест самоконтроля», «Целеполагание», «Методика формирования событий жизни», «Стратегия карьерного роста», «Отношение к здоровью», «Опросник профессиональной направленности», «Опросник профессиональной готовности».

Примерное распределение времени самостоятельной работы студентов

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость, ач
	Очная форма
Текущая СР	
работа с лекционным материалом, с учебной литературой	26
самостоятельное изучение курса (дисциплины)	251
выполнение домашних заданий, домашних контрольных работ	38
подготовка к контрольным работам	12
Итого текущей СР:	327
Творческая проблемно-ориентированная СР	
выполнение расчётно-графических работ	0
выполнение курсового проекта или курсовой работы	0
поиск, изучение и презентация информации по заданной проблеме, анализ научных публикаций по заданной теме	0
работа над междисциплинарным проектом	0
исследовательская работа, участие в конференциях, семинарах, олимпиадах	0
анализ данных по заданной теме, выполнение расчётов, составление схем и моделей на основе собранных данных	0
Итого творческой СР:	0
Общая трудоемкость СР:	327

9. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

9.1. Адрес сайта курса

9.2. Рекомендуемая литература

Основная литература

№	Автор, название, место издания, издательство, год (годы) издания	Год изд.	Источник
---	--	-------------	----------

1	Козлов А.В. Менеджмент персонала, 2011. URL: http://elib.spbstu.ru/dl/local/2571.pdf	2011	ЭБ СПбПУ
---	--	------	----------

Дополнительная литература

№	Автор, название, место издания, издательство, год (годы) издания	Год изд.	Источник
1	Козлов А.В. Лидерство, 2011. URL: http://elib.spbstu.ru/dl/local/2572.pdf	2011	ЭБ СПбПУ

Ресурсы Интернета

1. Профориентационные тесты: <http://azps.ru/tests/indexpf.html>
2. Электронная библиотечная система ibooks.ru [Электронный ресурс] / ООО «Ай Пи Эр Медиа». – Режим доступа: <http://ibooks.ru>

9.3. Технические средства обеспечения дисциплины

Компьютер с выходом в Интернет, видеокамера, микрофон, наушники/колонки.

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины предполагает использование академической аудитории для проведения лекционного занятия с необходимыми техническими средствами (компьютер, проектор, доска).

11. Критерии оценивания и оценочные средства

11.1. Критерии оценивания

Промежуточная аттестация призвана оценить компетенции, полученные обучающимися в процессе обучения, обеспечить контроль качества освоения образовательных программ.

Промежуточная аттестация проводится по завершении изучения дисциплины в форме зачета/ дифференцированного зачета.

Зачет — форма промежуточной аттестации, направленная на проверку успешного усвоения обучающимся учебного материала лекционных курсов, практических занятий. Вид зачета установлен в учебном плане.

11.2. Оценочные средства

Вопросы к зачету:

1. Самопознание как структурный компонент личности.
2. Взаимосвязь самопознания с понятиями «личностный рост», «профессиональный рост», «саморазвитие», «самосовершенствование», «самоорганизация».
3. Актуальность проблемы самоорганизации в контексте социокультурной модернизации отечественного образования.
4. Роль самоорганизации в эффективности учебной и профессиональной деятельности.
5. Взаимосвязь самоорганизации с понятиями «саморегуляция», «самоуправление».
6. Подходы к определению понятия «самоорганизация».
7. Структурно-функциональный состав самоорганизации.
8. Иерархия «самопроцессов» в психолого-педагогических исследованиях.

12. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

Основная задача данной дисциплины - способность увеличить собственную конкурентоспособность с помощью дополнительных профессиональных навыков, расширения возможности своей карьерной адаптивности.

Эффективность освоения дисциплины зависит от организации самостоятельной работы, в рамках которой требуется:

- выбрать курс для самостоятельного изучения;
- изучить правила прохождения материала;
- продемонстрировать результаты освоения дисциплины в разрезе карьерного роста.

Для выполнения основной задачи дисциплины обучающемуся рекомендуется освоить один или несколько курсов из представленного перечня:

- Основная задача данной дисциплины - способность увеличить собственную конкурентоспособность с помощью дополнительных профессиональных навыков, расширения возможности своей карьерной адаптивности.
- Эффективность освоения дисциплины зависит от организации самостоятельной работы, в рамках которой требуется: • выбрать курс для самостоятельного изучения; • изучить правила прохождения материала; • продемонстрировать результаты освоения дисциплины в разрезе карьерного роста.

13. Адаптация рабочей программы для лиц с ОВЗ

Адаптированная программа разрабатывается при наличии заявления со стороны обучающегося (родителей, законных представителей) и медицинских показаний (рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии).

Для инвалидов адаптированная образовательная программа разрабатывается в соответствии с индивидуальной программой реабилитации.