

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**  
**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ**  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«КРАСНОЯРСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И**  
**ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»**

**РАССМОТРЕНО**

методической комиссией  
протокол № 6 от «20» июня 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор КГБПОУ «Красноярский колледж  
отраслевых технологий и предпринимательства»  
\_\_\_\_\_/Н. В. Журова/  
Приказ № 01-60-2П от «01» июля 2024 г.

**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ**  
**СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

**38.02.08 Торговое дело**

на базе *основного общего образования*

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**К ПРОВЕДЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

**ДПб.04 Конструктор карьеры**

Зам. директора по УР \_\_\_\_\_ /Миля Е.В. /  
Подпись

Красноярск, 2024

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Общие рекомендации по выполнению и оформлению практических занятий
3. Методика проведения практических занятий
4. Содержание практических занятий

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания к проведению практических занятий по учебной дисциплине ДПб.04 Конструктор карьеры, предназначены для обучающихся СПО по специальности 38.02.08 Торговое дело.

Уровень профессиональной подготовки по специальности 38.02.08 Торговое дело, определяемый ФГОС СПО, предусматривает владение практическими навыками выбора материалов для профессиональной деятельности.

Особое значение практические занятия имеют при формировании и развитии ОК и ПК, освоении умений и знаний.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01-05 ОК 09 ПК 1.1.	оценивать современную ситуацию на отраслевом и региональном рынке труда, и учитывать её при проектировании индивидуального плана карьерного развития; применять ресурсы национальной системы квалификаций для проектирования профессионального развития и самообразования; ранжировать и применять наиболее действенные способы поиска вакансий на рынке труда; применять механизмы национальной системы квалификаций для подтверждения уровня квалификации; применять методы планирования карьеры при разработке индивидуального плана карьерного развития; формировать портфолио карьерного продвижения, отслеживать свой «цифровой след»	суть и смысл понятий «профессия», «специальность», «квалификация»; «рынок труда», «цифровая экономика», «национальная система квалификаций», «независимая оценка квалификаций», «профессиональная карьера»; структуру профессиональных стандартов и действующих квалификационных справочников ЕТКС и ЕКС; классификацию рынка труда и перспективы развития отраслевого и регионального рынка труда; способы поиска работы; функции, виды, модели, этапы, способы планирования профессиональной карьеры; структуру индивидуального плана карьерного развития; структуру, виды, алгоритм составления портфолио карьерного продвижения; возможные траектории профессионального развития и самообразования

## 2. ОБЩИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Практические занятия выполняются обучающимися по графику, составленному в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины ДПб.04 Конструктор карьеры.

Результат изучения учебной дисциплины ДПб.04 Конструктор карьеры зависит от содержания практических занятий, которые соответствуют более глубокому освоению дисциплины, закреплению теоретических знаний и прививают обучающимся практические навыки самостоятельной работы.

Задача практических занятий – закрепить теоретические знания обучающихся.

Согласно учебного плана по специальности и программы учебной дисциплины на практические занятия обучающихся выделено 13 академических часов, из них:

<b>Наименование раздела, номер и тема практического занятия</b>	<b>Количество часов</b>
Практическое занятие №1 «Общероссийский и региональный рынок труда: особенности спроса и предложения по профессии (специальности)».	2
Практическое занятие №2 «Выявление и ранжирование способов поиска вакансий и трудоустройства»	1
Практическое занятие №3 «Новые профессии на рынке труда: требования, функции, карьерные перспективы».	1
Практическое занятие №4 «Анализ федерального государственного образовательного стандарта».	1
Практическое занятие №5 «Самообразование – путь к успеху!».	1
Практическое занятие №6 «Анализ профессионального стандарта».	1
Практическое занятие №7 «Самооценка: анализ собственных возможностей, умений, навыков, уровня профессиональной квалификации с учетом актуальных требований рынка труда и оценочных средств независимой оценки квалификаций».	2
Практическое занятие № 8 «Я беру тебя на работу!» (взаимная оценка резюме, собеседование с работодателем).	2
Практическое занятие №9 «Формирование портфолио карьерного продвижения. Оценка цифрового следа».	1
Практическое занятие №10 «Построение индивидуального плана карьерного развития».	1
<b>ИТОГО:</b>	13

### **3. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Целью практических занятий является отработка обучающимися практических навыков по понятию презентации и самопрезентации, роль рекламы при трудоустройстве на работу, невербального общения, адаптация как одна из форм социализации, самостоятельный поиск работы о путях приобретения профессии, выбор вида и форма презентации.

Исходя из поставленных целей, в работе будут решаться следующие задачи:

*Закрепление знаний по:*

- ✓ структуре профессиональных стандартов и действующих квалификационных справочников ЕТКС и ЕКС;
- ✓ классификации рынка труда и перспективы развития отраслевого и регионального рынка труда;
- ✓ функциям, видам, моделям, этапам, способам планированию профессиональной карьеры;
- ✓ возможным траекториям профессионального развития и самообразования;
- ✓ функции, виды, модели, этапы, способы планирования профессиональной карьеры;
- ✓ поиску работы на рынке труда;
- ✓ составления резюме;
- ✓ структуру, виды, алгоритм составления портфолио карьерного продвижения;
- ✓ самопрезентация.

*Ознакомиться:*

- ✓ с рынком труда;

- ✓ механизмами национальной системы квалификаций для подтверждения уровня квалификации;
  - ✓ методы планирования карьеры при разработке индивидуального плана карьерного развития;
  - ✓ ресурсами национальной системы квалификаций для проектирования профессионального развития и самообразования;
    - ✓ с формой самопрезентации;
    - ✓ с технологией приема на работу;
    - ✓ адаптация на рабочем месте.
- При выполнении практических заданий формируются навыки:*
- ✓ знакомство с рынком труда;
  - ✓ поиска работы на рынке труда;
  - ✓ самопрезентации, написание резюме;
  - ✓ невербального общения;
  - ✓ адаптация на рабочем месте.
- Научиться пользоваться:*
- ✓ информацией СМИ и Интернет ресурсами;
  - ✓ с технологией приема на работу;
- составление резюме.

#### **4. СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

##### **Практическое занятие №1 «Общероссийский и региональный рынок труда: особенности спроса и предложения по профессии (специальности)» (2 часа)**

Цель практического занятия: формирование у студентов представления об особенностях спроса и предложения на общероссийском и региональном рынке труда.

В результате практического занятия студент должен знать:

- классификацию рынка труда и перспективы развития отраслевого и регионального рынка труда;
- особенности спроса и предложения рабочей силы по конкретной профессии (специальности).

В результате практического занятия студент должен уметь:

- оценивать современную ситуацию на отраслевом и региональном рынке труда, и учитывать её при проектировании индивидуального плана карьерного развития

##### *ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА*

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* обучающиеся выполняют работу индивидуально.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Практические задания для студентов (*практикум*):

Задание 1. Охарактеризуйте специфику каждого из уровней действия рынка труда на основе той же базы данных как и при выполнении предыдущего задания:

Уровень	Характеристика
Общегосударственный (федеральный)	Зависит от степени мобильности людей, их готовности и возможности к переселению в трудодефицитные районы. В настоящее время такая мобильность в России носит деформированный характер. Свободное перемещение людей затрудняется, во-первых, значительной протяженностью территории страны; во-вторых, большими различиями природноклиматических условий в регионах; в-третьих, существенной дифференциацией уровней их экономического развития; в-четвертых, общим низким уровнем оплаты труда и обнищанием населения вследствие ошибок, допущенных при разгосударствлении и приватизации «общенародной» собственности. Еще одним фактором являются особенности менталитета российского народа, проявляющиеся в привязанности к привычному месту проживания и привычной работе
Региональный	Рынок труда субъектов Российской Федерации (республиканских, областных, автономных округов, автономных областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга). Специфика труда определяется особенностями социально-экономического развития тех или иных территориально-административных образований, их отраслевой структуры. Трудовая мобильность внутри региона более развита нежели мобильность по территории всей страны
Локальный	Образуется внутри региональных и муниципальных рынков. Тяготеет к крупным производственным, промышленным, строительным или аграрным комплексам. На таких рынках подвижность людей в поисках подходящей работы наибольшая

В ходе занятий обучающиеся должны проанализировать программы социально-экономического развития региона, построить карты инновационных проектов региона. После того как сложится единое представление о структуре и основных элементах регионального рынка труда студентам предстоит выявить и ранжировать востребованные профессии.

Познакомиться с программами и проектами развития регионов студенты могут на сайте министерства экономического развития Российской Федерации.

Наличие инновационных проектов в регионе говорит о ряде значимых для выпускника факторов: уровень регионального потенциала, его финансовая обеспеченность, инновационная активность предприятий, уровень их промышленного развития. Познакомиться с картой инновационной России студенты могут на сайте «Инновации в России».

Под востребованными будут пониматься профессии, спрос на которые со стороны работодателей не только наибольший в текущий период анализа, но и обладает высокой скоростью роста в среднесрочной перспективе.

Форма отчетности: представление студентами заполненной таблицы, презентация студентами результатов анализа общероссийского и регионального рынка труда.

Теоретические материалы по теме практического занятия:

*Рынок труда* - это сфера формирования спроса и предложения рабочей силы, трудовых услуг.

К субъектам, действующим на рынке труда, относятся:

Наемные работники;

Предприятия-работодатели;

Профсоюзы;

Государство.

*Спрос на труд* - это объем услуг труда, который фирмы готовы приобрести при существующих ценах. Спрос на труд зависит от:

1. Производительности труда.
2. Уровня технологий.
3. Состояния экономики и ее отдельных отраслей.
4. Спроса на потребительские товары.

*Предложение труда* - это объем трудовых услуг, который работники готовы предложить при существующих ценах на труд. Предложение труда зависит от:

1. Численности населения.
2. Уровня квалификации.
3. Уровня заработной платы.
4. Социальной и налоговой политики государства.

*Региональный рынок труда* – это совокупность социально-экономических процессов и отношений в сфере обращения товаров и услуг, формируемых под влиянием особенностей спроса и предложения каждого региона и с учетом адекватных методов регулирования конъюнктуры рынка и процессов принятия коммерческих решений.

*Конъюнктура* – это временная ситуация, характеризующая совокупность признаков, выражающих текущее состояние рынка труда в определенный период. Конъюнктура связана с соотношением спроса и предложения в разрезе всех составляющих рынка труда. Спрос складывается из числа вакансий и должностей работников, которым работодатель ищет замену. Предложение формируется из тех, кто, являясь незанятым, ищет рабочее место, из тех, кто имеет работу, но не удовлетворен ею, и, наконец, занятых, но рискующих потерять работу. Количественно спрос и предложение на рынке труда характеризуются показателями части экономически активного населения и численности занятых и свободных рабочих мест.

Рекомендуемая литература:

1. Справочник профессий

Доступ: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions>

2. Общероссийская база данных «Работа в России»

Доступ: [www.trudvsem.ru](http://www.trudvsem.ru)

3. Сайт министерства экономического развития Российской Федерации

Доступ: <http://economy.gov.ru/minrec/activity/sections/econreg/investproject>

4. Сайт «Инновации в России»

Доступ: <http://innovation.gov.ru/map>.

ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: публичное групповое выступление, конспекты.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

### **Практическое занятие №2 «Выявление и ранжирование способов поиска вакансий и трудоустройства»**

Цель практического занятия: формирование у студентов представления об особенностях спроса и предложения на общероссийском и региональном рынке труда.

В результате практического занятия студент должен знать:

- классификацию рынка труда и перспективы развития отраслевого и регионального рынка труда;
- особенности спроса и предложения рабочей силы по конкретной профессии (специальности).

В результате практического занятия студент должен уметь:

- оценивать современную ситуацию на отраслевом и региональном рынке труда, и учитывать её при проектировании индивидуального плана карьерного развития

### *ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА*

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* обучающиеся выполняют работу индивидуально.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.

5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Практические задания для студентов (*практикум*):

В ходе занятия студенты анализируют Общероссийскую базу данных «Работа в России» для того, чтобы систематизировать информацию о количестве вакансий [название профессии, по которой обучающийся проходит подготовку, или смежной профессии] в регионах [наименование федерального округа], требованиях к кандидатам, предлагаемых условиях труда и размере заработной платы.

Задание 1. Заполните таблицу:

Название профессии/ специальности	Регион	Количество вакансий	Требования к кандидатам	Предлагаемые условия труда	Размер заработной платы

Рекомендуемая литература:

1. Справочник профессий  
Доступ: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions>
2. Общероссийская база данных «Работа в России»  
Доступ: [www.trudvsem.ru](http://www.trudvsem.ru)
3. Сайт министерства экономического развития Российской Федерации  
Доступ: <http://economy.gov.ru/minec/activity/sections/econreg/investproject>
4. Сайт «Инновации в России»  
Доступ: <http://innovation.gov.ru/map>.

## ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: публичное групповое выступление, конспекты.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

**Практическое занятие №3 «Новые профессии на рынке труда: требования, функции, карьерные перспективы».**

Цель практического занятия: формирование у студентов представления о параметрах и способах развития карьеры, формирование внутренней потребности к определению целей профессионального развития.

В результате практического занятия студент должен знать:

- этапы карьерного развития;
- функции, виды, модели, этапы, способы планирования профессиональной карьеры;
- параметры и способы развития карьеры.

В результате практического занятия студент должен уметь:

- определять цели профессионального развития.

#### ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

Характер выполнения работы: работа по подгруппам.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Практические задания для студентов (практикум):

Задание. Заполните таблицу:

Этап карьеры	Возрастной период	Краткая характеристика	Возможные кризисные ситуации	Способ преодоления

Форма отчетности: представление студентами заполненной таблицы.

Теоретические материалы по теме практического занятия:

Карьера (от французского профессия, поприще) - быстрое и успешное продвижение в служебной или другой деятельности; достижение известности, славы или материальной выгоды.

Карьера — результат осознанной позиции и поведения человека в трудовой деятельности, связанный с должностным или профессиональным ростом.

Должностной рост — изменение должностного статуса человека, его социальной роли, степени и пространства должностного авторитета.

Профессиональный рост — рост профессиональных знаний, умений и навыков, признание профессиональным сообществом результатов его труда, авторитета в конкретном виде профессиональной деятельности.

Деловая карьера — поступательное продвижение личности, связанное с ростом профессиональных навыков, статуса, социальной роли и размера вознаграждения.

Виды карьеры

Внутриорганизационная карьера предполагает прохождение всех ступеней карьерного роста (обучение, поступление на работу, профессиональный рост, поддержка и развитие индивидуальных профессиональных способностей, уход на пенсию) в рамках одной

организации. Эта карьера может быть специализированной и неспециализированной.

Межорганизационная карьера предполагает, что работник проходит все ступени карьерного роста в разных организациях. Она может быть специализированной и неспециализированной.

Специализированная карьера отличается тем, что работник различные этапы своей профессиональной деятельности проходит в рамках одной профессии. При этом организация может оставаться одной и той же или меняться.

Неспециализированная карьера предполагает, что разные этапы своего профессионального пути работник проходит в качестве специалиста, владеющего разными профессиями, специальностями. Организация при этом может как меняться, так оставаться той же.

Типы карьеры

Карьера вертикальная — вид карьеры, с которым чаще всего связывают само понятие деловой карьеры. Под вертикальной карьерой понимается подъем на более высокую ступень структурной иерархии (повышение в должности, которое сопровождается более высоким уровнем оплаты труда).

Карьера горизонтальная — вид карьеры, предполагающий либо перемещение в др. функциональную область деятельности, либо выполнение

определенной служебной роли на ступени, не имеющей жесткого формального закрепления в организационной структуре; к горизонтальной карьере можно отнести также расширение или усложнение задач на прежней ступени (как правило, с адекватным изменением вознаграждения).

Ступенчатая карьера — вид карьеры — совмещающий элементы вертикальной и горизонтальной карьеры. Ступенчатая карьера встречается довольно часто и может принимать как внутриорганизационные, так и межорганизационные формы.

Скрытая (центростремительная) карьера — вид карьеры наименее очевидный для окружающих, предполагающий движение к ядру, к руководству организацией. Скрытая карьера доступна ограниченному кругу работников, как правило, имеющих обширные деловые связи вне организации. Например, приглашение работника на недоступные др.

сотрудникам встречи, совещания как формального, так и неформального характера, получение сотрудником доступа к неформальным источникам информации, доверительные обращения, отдельные, важные поручения руководства. Такой работник может занимать

рядовую должность в одном из подразделений организации. Однако уровень оплаты его труда существенно превышает вознаграждение за работу в занимаемой должности.

Цели профессионального развития состоят в том, чтобы:

1. Создать наилучшие возможности для удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей в той или иной области профессиональной деятельности.
2. Постоянно обновлять знания, приобретать новые способы мышления, новые методы и технологии работы.
3. Создавать условия для обмена опытом и осуществлять сотрудничество с коллегами.
5. Осуществлять самореализацию специалиста в профессиональной деятельности: результативность собственного труда.

Этапы развития карьеры

Предварительный этап включает учебу в школе, среднее и высшее образование и длится до 25 лет. За этот период человек может сменить несколько различных работ в поисках вида деятельности, удовлетворяющего его потребности и отвечающего его возможностям. Если он сразу находит такой вид деятельности, начинается процесс самоутверждения его как личности, он заботится о безопасности существования. Далее наступает этап становления, который длится примерно пять лет от 25 до 30. В этот период работник осваивает профессию, приобретает необходимые навыки, формируется его квалификация, происходит самоутверждение и появляется потребность к установлению независимости.

Его продолжает беспокоить безопасность существования, забота о здоровье.

Обычно в этом возрасте создаются и формируются семьи, поэтому появляется желание получать заработную плату, уровень которой выше прожиточного минимума.

Этап продвижения длится от 30 до 45 лет. В этот период идет процесс роста квалификации, продвижения по службе. Происходит накопление практического опыта, навыков, растет потребность в самоутверждении, достижении более высокого статуса и еще большей независимости, начинается самовыражение как личности. В этот период гораздо меньше внимания уделяется удовлетворению потребности безопасности, усилия работника сосредоточены на увеличении размеров оплаты труда и заботе о здоровье.

Этап сохранения характеризуется действиями по закреплению достигнутых результатов и длится от 45 до 60 лет. Наступает пик совершенствования квалификации и происходит ее повышение в результате активной деятельности и специального обучения, работник заинтересован передать свои знания молодежи. Этот период характеризуется творчеством, здесь может быть подъем на новые служебные ступени. Человек достигает вершин независимости и самовыражения. Появляется заслуженное уважение к себе и окружающим, достигшим своего положения честным трудом. Хотя многие потребности работника в этот период удовлетворены, его продолжает интересовать уровень оплаты труда, но появляется все больший интерес к другим источникам дохода (например, участие в прибылях, капитале других организаций, акции, облигации).

Этап завершения длится от 60 до 65 лет. Здесь человек начинает всерьез задумываться о пенсии, готовится к уходу. В этот период идут активные поиски достойной замены и обучение кандидата на освобождающуюся должность. Хотя этот период характеризуется кризисом карьеры и такие люди все меньше получают удовлетворение от работы испытывают состояние психологического и физиологического дискомфорта, самовыражение и уважение к себе и другим подобным людям у них достигает наивысшей точки за весь период карьеры. Они заинтересованы в сохранении уровня оплаты труда, но

стремятся увеличить другие источники дохода, которые заменили бы им заработную плату данной организации при уходе на пенсию и были бы хорошей добавкой к пенсионному пособию.

На последнем - пенсионном этапе карьера в данной организации (виде деятельности) завершена. Появляется возможность для самовыражения в других видах деятельности, которые были невозможны в период работы в организации или выступали в виде хобби (живопись, садоводство, работа в общественных организациях и др.). Стабилизируется уважение к себе и таким же собратям по пенсии. Но финансовое положение и состояние здоровья в эти годы могут сделать постоянной заботу о других источниках дохода и о здоровье.

Профессиональные кризисы

1. Кризис профессиональных ожиданий (начало самостоятельной работы).

Трудности в отношении с коллегами разного возраста и разного опыта, в самом овладении профессией и сомнения в целесообразности ее выбора, несовпадение юношеских ожиданий и реальности.

2. Кризис профессионального роста (23-25 лет).

Потребность в дальнейшем повышении квалификации, неудовлетворенность занимаемой должностью, зависть к сверстникам и сокурсникам, создание семьи и связанные с этим финансовые трудности.

3. Кризис карьеры (30-33 года).

Неудовлетворенность профессиональным положением, ощущение прекращения собственного развития, переосмысление себя самого и своего места в мире («смысла жизни»), внезапное обнаружение новых мотивов и смыслов в привычном доселе труде.

4. Кризис профессиональной самореализации (38-42 года). Недовольство «прочно сложившимся» профессиональным статусом и как следствие – собой (тревога, депрессия, мнительность), понимание собственных ограничений возможности реализовать себя в данной роли, начало возрастных изменений здоровья с его медленным ухудшением, профдеформация (цинизм, черный юмор, эмоциональное выгорание, снобизм).

5. Угасание профессиональной деятельности (55-60 лет). Ожидание ухода на пенсию, новая непривычная социальная роль, сужение профессиональных возможностей и снижение социального статуса, ухудшение физического здоровья, снижение работоспособности.

6. Кризис психологической адекватности (65-70 лет).

Больше свободного времени, меньше финансовых возможностей, психологическое старение, утрата привычных друзей и приятелей, отсутствие тепла и внимания со стороны прежде близких, чувство ненужности в большинстве жизненных сфер, резкое ухудшение здоровья.

Рекомендуемая литература:

1. Энциклопедия «Карьера».

Доступ: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html>

2. Профориентационные материалы Базового центра НАРК.

Составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям и размещены в следующих форматах: видеоролик, презентация, текст.

[Электронный ресурс].

Доступ: <http://www.bc-nark.ru/vocational-guidance-materials/>

ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: публичное групповое выступление, конспекты.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

#### **Практическое занятие №4 «Анализ федерального государственного образовательного стандарта».**

Цель практического занятия: ознакомление с алгоритмом построения индивидуального плана карьерного развития.

В результате практического занятия студент должен знать:

структуру индивидуального плана карьерного развития.

В результате практического занятия студент должен уметь:

применять методы планирования карьеры при разработке индивидуального плана карьерного развития.

#### ***ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА***

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* работа по подгруппам.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.

6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.

7. Подведение итогов работы.

Практические задания (вопросы) для студентов (*практикум*):

Задание 1. Используя профессиональный стандарт (при наличии), разработайте план своего карьерного развития по конкретной профессии/специальности.

Цель	Сфера желаемого трудоустройства	Желаемая должность	Планируемый срок замещения должности	Общие квалификационные требования к должности в соответствии с соответствующим профессиональным стандартом	Система квалификационных требований к должности	Уровень ответственности	Методы профессионального развития (как «получить должность»?)	Сроки обучения

Задание 2. Сформулируйте факторы и условия, способствующие успешной профессиональной карьере. Заполните таблицу:

Личностные факторы	Профессионально-значимые факторы	Социальные факторы	Условия

Задание 3. Напишите эссе на тему «План моего карьерного развития».

Форма отчетности: представление студентами заполненных таблиц, выполнение студентами творческого задания.

Теоретические материалы по теме практического занятия:

*Планирование профессиональной карьеры* - непрерывный процесс, длящийся на протяжении всей профессиональной жизни.

Шаги, которые необходимо осуществить для построения карьеры:

*Первый шаг* – это осознанный и самостоятельный выбор профессии, что требует от Вас непрерывного трудового напряжения, творческого поиска самого себя, знания своих индивидуальных возможностей, своего призвания и своих пределов.

*Второй шаг* - продумывание и составление (самостоятельно или с помощью специалистов) личного профессионального и жизненного плана с учетом Ваших способностей и возможных препятствий и с проработкой запасных вариантов на случай неудачи.

*Третий шаг* – получение Вами профессионального образования, что оказывает большое влияние на успешность самореализации, успешность карьеры, получение общественного признания, развития своих способностей, в достижении материального благополучия и тому подобное. Кроме того, в современном мире профессиональные знания и умения устаревают крайне быстро. Все настойчивее звучит сегодня требование готовности и способности к переобучению, повышению квалификации. Без этого условия невозможно не только продвинуться, но иногда и просто удержаться на своем месте.

*Четвертый шаг* – это умение найти и получить работу.

Рекомендуемая литература:

Энциклопедия «Карьера».

Доступ: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html>

## ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: групповое диагностирование личностных качеств. Выводы самоопределения через публичное выступление.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

### **Практическое занятие №5 «Самообразование – путь к успеху!» (1 час)**

**Цель практического занятия:** анализ понятия «самообразование», формирование умения определять варианты образовательной траектории; проектировать индивидуальный план карьерного развития.

В результате практического занятия студент должен знать:

структуру индивидуального плана карьерного развития.

В результате практического занятия студент должен уметь:

применять методы планирования карьеры при разработке индивидуального плана карьерного развития.

#### **ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА**

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* работа по подгруппам.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация

опорных знаний.

4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Самообразование – это самостоятельное мотивированное обучение, в ходе которого вы сосредоточены на получении тех знаний, которые вам больше всего нужны в данный момент.

Определения «самообразования» могут быть и другие, но важны основные моменты:

- вы САМИ определяете, ЧЕМУ УЧИТЬСЯ,
- вы САМИ определяете, КАК УЧИТЬСЯ (режим, график, источники информации),
- вы сами определяете, ЗАЧЕМ вы этому УЧИТЕСЬ

Прежде чем принять решение о самообразовании, проанализируйте свои внутренние мотивы и свои ощущения от этого решения. Чувствуете ли вы подъем, энергию и желание поскорее начать? Что вами движет? Каких целей вы достигнете, благодаря самообразованию?

Если ответы на эти вопросы позитивны, если вы действуете под влиянием важных для вас целей – дерзайте! Но в случаях, когда желание чему-то научиться самостоятельно не было искренне, все, как правило, так и остается на этапе намерений.

Знаем одного человека, который чуть ли не каждый год начинает самостоятельно заниматься английским языком: скачивает прекрасные приложения, пишет карточки со словами, ищет фильмы с субтитрами на языке... Угадайте, каковы его успехи? Правильно: успехов нет. А все почему? А потому что он сам не знает, зачем ему этот английский.

Более подробно по теме информация дана в электронном пособии, слайд 41–43.

### Задание 5.2.

Из предложенного перечня площадок с бесплатными онлайн-курсами <https://lifehacker.ru/besplatnyye-onlayn-kursy/> выберите несколько вариантов и проанализируйте тематику предлагаемых курсов. Какие темы вас заинтересовали? Готовы ли вы пройти обучение? Что для этого требуется? Заполните таблицу. Обсудите с одногруппниками, какие ресурсы вы бы посоветовали им для самообразования.

Сфера моих интересов	Хочу больше знать о...	Площадка онлайн-курсов	Предлагаемые курсы	Условия обучения
		Открытое образование <a href="https://openedu.ru/">https://openedu.ru/</a>		
		Лекториум <a href="https://www.lektorium.tv/">https://www.lektorium.tv/</a>		

После выполнения заданий практических занятий 4–5 студентам рекомендуется самостоятельно изучить материал электронного пособия «Карьерное моделирование: от цели к реализации» <https://new-acc-space-1353.ispring.ru/app/preview/2a2ceddc-7ca5-11ed-bbe6-5ee8c05e1ef0> слайды 44–50 и пройти тестирование по теме «Фундамент карьеры – профессиональное образование».

### ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: групповое диагностирование личностных качеств. Выводы самоопределения через публичное выступление.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

### **Информационное обеспечение**

#### **Основные источники:**

1. Электронный учебник «Карьерное моделирование: от цели к реализации»: <https://bc-nark.ru/projects/education/constructor/textbook/>

#### **Дополнительные источники:**

1. Российский рынок труда: доклад Центра трудовых исследований и Лаборатории исследований рынка труда НИУ ВШЭ/ под редакцией В. Гимпельсона, Р. Капелюшникова, С. Рощина. – Москва: НИУ ВШЭ, 2017. – 148 с. – Режим доступа:  
URL: <https://www.csr.ru/upload/iblock/861/86192da819e23b2d7ce2161f7718a32f.pdf> (дата обращения: 28.04.2023).
2. Исследование Сбербанка: 30 фактов о современной молодежи. - Режим доступа: URL:[http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth\\_presentation.pdf](http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth_presentation.pdf). (дата обращения: 28.04.2023).
3. Введение в теорию коммуникации / И.В. Шумкина, учеб. пособие / И. В. Шумкина. – Самара: Изд-во Самарского университета, 2016. – 60 с.
4. Профориентация и профессиональное самоопределение студентов / учебное пособие / Н.М. Тюкавкин, Е.С. Подборнова. – Самара: Издательство Самарского университета, 2020. – 156 с.
5. Адашев С.Ю. Эффективное поведение на рынке труда: Учебное пособие для учащихся общеобразовательных и профессиональных учебных заведений / С.Ю. Адашев, Е.Г. Зубова, Т.Н. Кирюшина, Н.Ю. Посталюк - Доп-самара: ПРОФИ, 2002. - 78 с.
6. Психология общения: Учебник / Л.Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Изд.2-е, стер – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
7. Щербина М. Школа карьеры: учебное пособие/ М. Щербина. – М.: Фонд «Евразия», 2010. - 1520 с.

#### **Интернет-ресурсы**

1. Реестр сведений о проведении независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://nok-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
2. Интернет платформа «Оценка квалификаций». - Режим доступа: URL: <http://kos-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
3. Оцени свои профессиональные знания онлайн «Демо-тест». - Режим доступа: URL: <https://demo.nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
4. Интернет платформа «Профессиональные стандарты». - Режим доступа: URL: <http://profstandart.rosmintrud.ru> (дата обращения: 28.04.2023).
5. Справочная информация «Профессиональные стандарты» (Материал подготовлен специалистами Консультант Плюс). - Режим доступа: URL:

- [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_157436/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_157436/) (дата обращения: 28.04.2023).
6. Справочник профессий. - Режим доступа: URL: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions> (дата обращения: 28.04.2023).
  7. Атлас новых профессий. - Режим доступа: URL: <http://atlas100.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
  8. Профориентационные материалы Базового центра НАРК (составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям). - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/career/> (дата обращения: 28.04.2023).
  9. Энциклопедия «Карьера». - Режим доступа: URL: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html> (дата обращения: 28.04.2023).

## **Ресурсы медиатеки Базового центра подготовки кадров НАРК**

### **Видеоролики:**

1. Презентационный ролик НАРК. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=kMa5loKUcU> (дата обращения: 28.04.2023).
  1. Презентационный ролик НСК. - Режим доступа: URL: [https://www.youtube.com/watch?v=UXO1\\_BraLoE](https://www.youtube.com/watch?v=UXO1_BraLoE) (дата обращения: 28.04.2023).
  2. НОК – уверенность в завтрашнем дне. - Режим доступа: URL: <https://youtu.be/8KLwZXbqE7c> (дата обращения: 28.04.2023).
  3. О проекте "Национальная система квалификаций - конструктор карьеры". - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=tJQls1Vedfc> (дата обращения: 28.04.2023).
  4. Онлайн-митап «Построй свою карьеру». - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48284/> (дата обращения: 28.04.2023).
  5. Мастер-класс «Стратегия и тактика поиска работы» от HeadHunter. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48276/> (дата обращения: 28.04.2023).
  6. Как проходить собеседование: лайфхаки от SuperJob. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48266/> (дата обращения: 28.04.2023).
  7. Общая характеристика национальной системы квалификаций. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=5J47Hp4ThYY> (дата обращения: 28.04.2023).
  8. Профстандарты, квалификации, НСК: устройство и применение для построения карьеры. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e5eSvKMPQRM> (дата обращения: 28.04.2023).
- Профессиональный экзамен как форма независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=AJNsmrhKzKc> (дата обращения: 28.04.2023).

## **Практическое занятие № 6 «Анализ профессионального стандарта» (1 час)**

Цель практического занятия: студенты должны знать термины и определения национальной системы квалификаций, содержание профессионального стандарта по соответствующей профессии/специальности, применять профессиональные стандарты для описания образа рабочего/специалиста соответствующей квалификации по осваиваемой профессии (специальности).

В результате практического занятия студент должен знать:

структуру индивидуального плана карьерного развития.

В результате практического занятия студент должен уметь:

применять методы планирования карьеры при разработке индивидуального плана карьерного развития.

*ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА*

Материально - техническое оснащение  
 Оборудование учебного кабинета:  
 Столы и стулья по количеству обучающихся  
 Стол компьютерный  
 Стол учительский (компьютерный)  
 Технические средства обучения:  
 Компьютер с монитором  
 Проектор мультимедийный  
 Экран  
 Наличие сети Internet  
 Дидактические материалы  
 Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.  
 Экранно-звуковые пособия:  
 Презентации по темам курса  
*Характер выполнения работы:* работа по подгруппам.

- План практического занятия:
1. Организационный момент.
  2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
  3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
  4. Методические указания к выполнению практической работы.
  5. Самостоятельная работа студентов.
  6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
  7. Подведение итогов работы.

Порядок выполнения работы:

Задание 6.1.

Вы обучаетесь по конкретной профессии/специальности и уже имеете представление о значимости и востребованности профессии для предприятия (региона, отрасли), представляете себе, что делает человек на рабочем месте; какие требования предъявляются к образованию, знаниям и умениям; каковы условия труда, в т.ч. заработная плата; уже видите перспективы карьерного роста.

Профессиональная деятельность отличается не только содержанием и условиями труда, но и уровнем квалификации. В зависимости от широты полномочий и ответственности, необходимых при осуществлении деятельности, характера применяемых умений и знаний в Российской Федерации установлены и описаны девять уровней квалификации (см. приказ Минтруда России от 12 апреля 2013 г. № 148н).

Пользуясь приведенными ниже в таблице описаниями, оцените уровень квалификации, которого вы достигнете по завершении обучения в учреждении СПО.

#### Уровни квалификации

	Показатели уровней квалификации		
	Полномочия и ответственность	Характер умений	Характер знаний
1 уровень	Деятельность под руководством Индивидуальная ответственность	Выполнение стандартных заданий (обычно физический труд)	Применение элементарных фактических знаний и (или) ограниченного круга специальных знаний
2	Деятельность под руководством с элементами самостоятельности при	Выполнение стандартных заданий Выбор способа	Применение специальных знаний

	<p>выполнении знакомых заданий</p> <p>Индивидуальная ответственность</p>	<p>действия по инструкции</p> <p>Корректировка действий с учетом условий их выполнения</p>	
3 уровень	<p>Деятельность под руководством с проявлением самостоятельности при решении типовых практических задач</p> <p>Планирование собственной деятельности исходя из поставленной руководителем задачи</p> <p>Индивидуальная ответственность</p>	<p>Решение типовых практических задач</p> <p>Выбор способа действия на основе знаний и практического опыта</p> <p>Корректировка действий с учетом условий их выполнения</p>	<p>Понимание технологических или методических основ решения типовых практических задач</p> <p>Применение специальных знаний</p>
4 уровень	<p>Деятельность под руководством с проявлением самостоятельности при решении практических задач, требующих анализа ситуации и ее изменений</p> <p>Планирование собственной деятельности и/или деятельности группы работников исходя из поставленных задач</p> <p>Ответственность за решение поставленных задач или результат деятельности группы работников</p>	<p>Решение различных типов практических задач</p> <p>Выбор способа действия из известных на основе знаний и практического опыта</p> <p>Текущий и итоговый контроль, оценка и коррекция деятельности</p>	<p>Понимание научно–технических или методических основ решения практических задач</p> <p>Применение специальных знаний</p> <p>Самостоятельная работа с информацией</p>
5 уровень	<p>Самостоятельная деятельность по решению практических задач, требующих самостоятельного анализа ситуации и ее изменений</p> <p>Участие в управлении решением поставленных задач в рамках подразделения</p> <p>Ответственность за решение поставленных задач или результат деятельности группы работников или подразделения</p>	<p>Решение различных типов практических задач с элементами проектирования</p> <p>Выбор способов решения в изменяющихся (различных) условиях рабочей ситуации</p> <p>Текущий и итоговый контроль, оценка и коррекция деятельности</p>	<p>Применение профессиональных знаний технологического или методического характера</p> <p>Самостоятельный поиск информации, необходимой для решения поставленных профессиональных задач</p>

6 уровень	<p>Самостоятельная деятельность, предполагающая определение задач собственной работы и/или подчиненных по достижению цели</p> <p>Обеспечение взаимодействия сотрудников и смежных подразделений</p> <p>Ответственность за результат выполнения работ на уровне подразделения или организации</p>	<p>Разработка, внедрение, контроль, оценка и корректировка направлений профессиональной деятельности, технологических или методических решений</p>	<p>Применение профессиональных знаний технологического или методического характера, в том числе, инновационных</p> <p>Самостоятельный поиск, анализ и оценка профессиональной информации</p>
7 уровень	<p>Определение стратегии, управление процессами и деятельностью, в том числе, инновационной, с принятием решения на уровне крупных организаций или подразделений</p> <p>Ответственность за результаты деятельности крупных организаций или подразделений</p>	<p>Решение задач развития области профессиональной деятельности и (или) организации с использованием разнообразных методов и технологий, в том числе, инновационных</p> <p>Разработка новых методов, технологий</p>	<p>Понимание методологических основ профессиональной деятельности</p> <p>Создание новых знаний прикладного характера в определенной области</p> <p>Определение источников и поиск информации, необходимой для развития области профессиональной деятельности и /или организации</p>
8 уровень	<p>Определение стратегии, управление процессами и деятельностью (в том числе, инновационной) с принятием решения на уровне крупных организаций</p> <p>Ответственность за результаты деятельности крупных организаций и (или) отрасли</p>	<p>Решение задач исследовательского и проектного характера, связанных с повышением эффективности процессов</p>	<p>Создание новых знаний междисциплинарного и межотраслевого характера</p> <p>Оценка и отбор информации, необходимой для развития области деятельности</p>

9 уровень	<p>Определение стратегии, управление большими техническими системами, социальными и экономическими процессами</p> <p>Значительный вклад в определенную область деятельности</p> <p>Ответственность за результаты деятельности на национальном или международном уровнях</p>	<p>Решение задач методологического, исследовательского и проектного характера, связанных с развитием и повышением эффективности процессов</p>	<p>Создание новых фундаментальных знаний междисциплинарного и межотраслевого характера</p>
-----------	---	---	--

Подготовьте ответы на вопросы:

К какому уровню квалификации вы стремитесь? Какие ваши карьерные устремления на будущее? Соответствует ли получаемое вами профессиональное образование тому уровню квалификации, к которому вы стремитесь?



### Задание 6.2

Познакомьтесь с «Уровнями квалификации в целях разработки проектов профессиональных стандартов», утв. приказом Минтруда России от 12.04.2013 № 148н (<https://mintrud.gov.ru/docs/mintrud/orders/48>). Кроме показателей «Полномочия и ответственность», «Характер умений», «Характер знаний» в документе указаны «Основные пути достижения уровня квалификации». Соответствует ли ваше образование и опыт работы уровню квалификации, который вы выбрали ранее (см. п. 2.1)? Обсудите в группе возможные причины расхождений. Если необходимо, еще раз посмотрите видеоролик <https://www.youtube.com/watch?v=MhcZ7i7urBg> и страницы электронного пособия 61–62. Познакомьтесь с материалами брошюры «Рамка общих компетенций» <https://bc-nark.ru/upload/iblock/d40/5eygk5sbwxwvhrmb2n127szs0fx2uxpk/7.–Ramka–obshchikh–komp..pdf>.



### Задание 6.3

Выполнение задания начните с просмотра страниц электронного пособия 58–60.

На основании анализа структуры и содержания профессионального стандарта сформулируйте требования, предъявляемые профессией к работнику.

1.	Профессиональный стандарт/Обобщенная трудовая функция	
2.	Квалификация/уровень квалификации	
3.	Трудовые функции	
4.	Возможное наименование профессии/должности	
5.	Требования к образованию и обучению/ к опыту работы	
6.	Особые условия допуска к работе	

Исходя из результатов, выполненного вами задания 1.1. практического занятия 1. Дополните таблицу требованиями к работникам, которые предъявляют работодатели в

описании вакансий. Актуализируйте описание должности (профессии) на основе информации профстандарта, в том числе информации об уровне квалификации, и с учетом выполненных заданий, а также полученной информации при презентации результатов достигнутых другими студентами.

Постройте модель рабочего/специалиста на основе требований профессионального стандарта («Аватар профессионала»). «Аватар» может быть построен в произвольном виде с учетом пяти аспектов: личностные качества, необходимые умения, необходимый уровень образования, наличие опыта работы и компетенции будущего, необходимые для успешного продвижения в профессиональной деятельности.

При выполнении задания вы также можете воспользоваться открытыми аналитическими данными и информационно-справочными ресурсами (например: справочник профессий <https://spravochnik.rosmintrud.ru/professions>; исследования рынка труда hh.ru <https://cherm.hh.ru/article/research>; доклад РСПП о состоянии делового климата в России).



Дополнительное (вариативное) задание

Рекомендуем преподавателям заранее подготовить для студентов ссылки на профессиональный стандарт, дополнительные материалы для работы, а также раздаточный материал по теме «личностные качества».

Структурные компоненты «аватара»	Источники информации
профессионально значимые личностные качества	национальная рамка квалификаций, анализ вакансий относительно характеристик личности; информационная статья – <a href="https://centeryf.ru/data/Kadroviku/lichnostnye-kachestva.php">https://centeryf.ru/data/Kadroviku/lichnostnye-kachestva.php</a> и другие источники сети интернет
трудовые функции, трудовые действия	формулируются исходя из текста соответствующего профессионального стандарта – <a href="https://profstandart.rosmintrud.ru/">https://profstandart.rosmintrud.ru/</a>
уровень образования, опыт работы	зафиксированы в профессиональном стандарте
общие компетенции, необходимые для успешного продвижения в профессиональной деятельности	можно использовать – Атлас новых профессий <a href="https://atlas100.ru/future/">https://atlas100.ru/future/</a> . – Компетенции XXI века. <a href="https://bc-nark.ru/upload/iblock/9db/4vv01d40kkuyjq1lgrblbea94sd45j3f/Broshyura-OK.pdf">https://bc-nark.ru/upload/iblock/9db/4vv01d40kkuyjq1lgrblbea94sd45j3f/Broshyura-OK.pdf</a> – Стань успешным. Прокачай soft skills. <a href="https://bc-nark.ru/upload/iblock/912/nnrozw5e18dhkkjjoislcntky4e48k8b8/6.-OK-dlya-molodezhi.pdf">https://bc-nark.ru/upload/iblock/912/nnrozw5e18dhkkjjoislcntky4e48k8b8/6.-OK-dlya-molodezhi.pdf</a> Об основные трендах, определяющих образ рабочего места в XXI веке и компетенции будущего, можно узнать из доклада экспертов GlobalEducationFutures <a href="https://futuref.org/futureskills_ru">https://futuref.org/futureskills_ru</a>

Рекомендуемая литература:

1. Энциклопедия «Карьера».

Доступ: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html>

## 2. Профорientационные материалы Базового центра НАРК.

Составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям и размещены в следующих форматах: видеоролик, презентация, текст.

[Электронный ресурс].

Доступ: <http://www.bc-nark.ru/vocational-guidance-materials/>

### ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: публичное групповое выступление, конспекты.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;

**Практическое занятие №7 «Самооценка: анализ собственных возможностей, умений, навыков, уровня профессиональной квалификации с учетом актуальных требований рынка труда и оценочных средств независимой оценки квалификаций» (2 часа)**

**Цель практического занятия:** студенты должны знать свои сильные и слабые стороны, возможности и способности и стремиться соответствовать требованиям, предъявляемым профессией к человеку с учетом актуальных запросов рынка труда, выраженных, в том числе в оценочных средствах независимой оценки квалификаций.

В результате практического занятия студент должен знать:

- структуру индивидуального плана карьерного развития.
- В результате практического занятия студент должен уметь:
- применять методы планирования карьеры при разработке индивидуального плана карьерного развития.

### *ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА*

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* работа по подгруппам.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

**Порядок выполнения работы:**

Эпиграфом к этому занятию возьмем слова Бенедикта Спинозы «Чем яснее вы понимаете себя и свои эмоции, тем больше вы любите то, что есть».

Мы все хотим быть счастливыми и успешными. Каждый по-своему. Чем лучше мы себя знаем, тем больше у нас возможностей себя совершенствовать, собой управлять.

Существует множество различных приемов, методик и практик для самопознания. Личностный SWOT–анализ один из них. Его преимуществами являются универсальность и простота. Данный инструмент позволяет за достаточно короткий промежуток времени определить существующее положение вещей: наличие преимуществ, трудностей, возможностей и угроз. SWOT–анализ — метод стратегического планирования, для оценки внутренних и внешних факторов, которые влияют на развитие.

S – Strengths (сильные стороны)

W – Weaknesses (слабые стороны)

O – Opportunities (возможности)

T – Threats (угрозы).

## Личностный SWOT-анализ

### Ваши внутренние точки опоры

<b>И с п о л ь з у е м</b>	<b>Ваши сильные стороны</b> Образование, опыт Деловые качества Отдельные умения, навыки Ценности, способности «Я умею, могу, способен...» В чем Вы уверены в себе? На что Вы опираетесь внутри себя в трудных си- туациях? <b>S</b>	<b>Ваши слабые стороны</b> Что Вам трудно? В чем Вы недостаточно хорошо разбираетесь? Что вызывает у Вас диском- форт? Чем злоупотребляют другие люди в отношении Вас? Что Вы не любите делать? <b>W</b>	<b>Р а з в и в а е м</b>
--	--	---	--

### Ваши внешние точки опоры

<b>Д е л а е м</b>	<b>Ваши возможности</b> Чему Вы можете и хотите научиться? На что у Вас есть силы, время, мотивация, средства? Что Вам доступно и зави- сит от Вас? Что может Вас усилить, если Вы этому уделите вни- мание? <b>O</b>	<b>Что Вам пока недоступно</b> Что Вам следовало бы сделать, чему уделить больше времени, но Вы не можете это сделать? Что вызывает беспокойство и Вам неподконтрольно? В чем у Вас нет контроля? <b>T</b>	<b>И с с л е д у е м</b>
--	--	--	--

УПРАВЛЕНЧЕСКИЙ  
ШАДЛЮНЬ

**Используем.** Strengths (сильные стороны) — все, что вы используете прямо сейчас, на что опираетесь в простых и сложных ситуациях, принимая решения, в достижении целей. Все, что помогает вам достигать успеха, делать карьеру, выстраивать отношения, наполнять свою жизнь тем, что вы считаете ценным для себя. Это ваши качества, навыки, способности, которые являются вашим внутренним капиталом, наработанным, собранным за предыдущие годы, это весь опыт, успешный и ошибочный. Это то, что вы делаете «с закрытыми глазами», за что вы себя уважаете и чем можете гордиться. То, чем легко можете поделиться с другими и даже научить тому, что умеете/можете делать сами. В этом квадрате базируется всё то, на что вы сами можете рассчитывать и влиять. Это ваши внутренние точки стабильности.

**Развиваем.** Weaknesses (слабые стороны) — пусть анализ данной части вас не огорчает. Это квадрат, по своей сути, ваш потенциал — то, чем вы можете стать, к чему возможно стремиться. Но пока по какой-то причине у вас не получается делать хорошо. Это то, что необходимо и следует вам развивать, чтобы добиться большего или удержать достигнутое. Этот квадрат — хорошая возможность заняться самоисследованием, самоосознанием, построить план личного развития, двигаясь по своему пути. И сильные и слабые стороны — это ваши внутренние точки опоры. Это черты вашего характера, ваши личные наработки, которые посторонний человек «не пощупает», но хорошо вами чувствуются, как сила или слабость. Это то, что другими в вас оценивается зачастую интуитивно. Ваша сила тестируется другими людьми, а слабости могут быть против вас использованы, например, в переговорах, в управлении, в конфликтах, в продажах и пр. Все, что вы напишите в этом квадрате, создаёт вашу внутреннюю нестабильность и требует вашего пристального внимания.

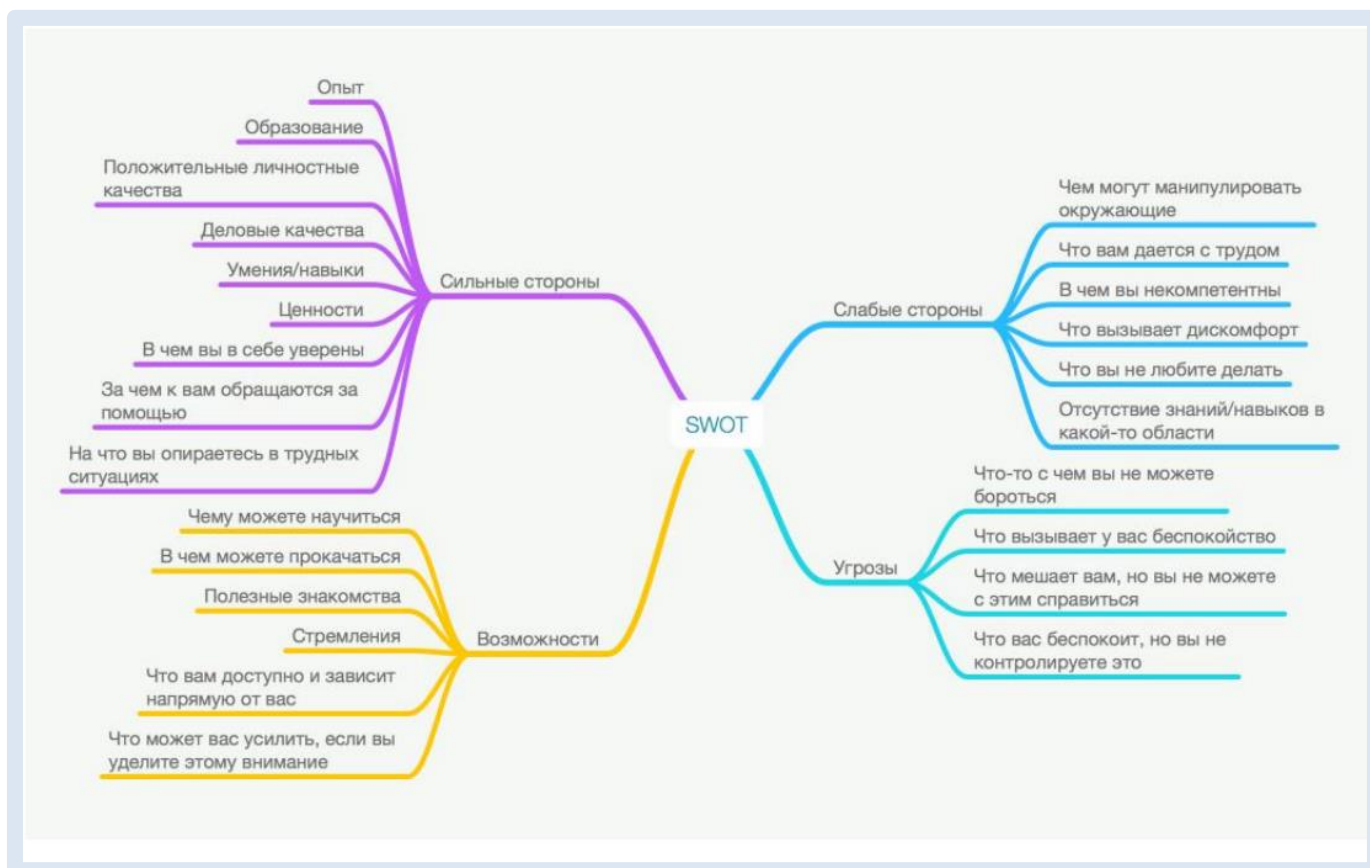
**Делаем.** Opportunities (возможности) — этот квадрат относится уже к внешним точкам опоры. Все, что нам предлагает внешний мир — курсы, школы, языки, хобби, путешествия, дипломы, сертификаты. Все то, что вы давно хотели постичь, чему хотели считали, что не плохо бы этому научиться, повысить квалификацию, но пока у вас до этого так и не дошли руки. Все то, что повышает вашу ценность в социуме. Все, что можно измерить и оценить, подтвердить чем-то внешним и осязаемым. К этому квадрату также можно отнести важные знакомства, расширение

контактов, чье-то авторитетное мнение о вас, рекомендации, сотрудничество, выполненные проекты и осуществленные акции. «Ноги» возможностей, перечисленных в этом квадрате, растут из ваших сильных сторон — из ваших внутренних точек стабильности. Или можно сказать так: квадрат возможностей — следствие сильных сторон. Все, что для вас возможно имеет причину — ваши сильные стороны. Используйте их! Данный квадрат описывает ваши внешние точки стабильности. Внешнее всегда опирается на внутреннее. Внешнее проявляется только тогда, когда есть для этого внутренняя основа (опора). Так осуществляется принцип «изнутри наружу».

**Исследуем.** Threats (угрозы, риски) — эта та часть нашей жизни, которая нам самим бывает не до конца понятной. Что-то нас беспокоит, что-то мешает, что-то нами управляет... Это все, что находится «в тени» нашего понимания и сознания. Все, что требует нашего внимания, осмысления и исследования. У вас случаются повторяющиеся ситуации и нет ясности, почему это происходит? Вам встречаются похожие по своим мотивам, поступкам люди и это вам не нравится? Вы попадаете в ситуации, где вас подводят, предают, бросают в ответственный момент? Или вас не ценят? Вам кажется, что ничего в этой жизни не может зависеть от вас? У вас не получается принимать решения? Это все примеры того, что в вашей жизни есть что-то, что является следствием, следствием неуправляемым и беспокоящим вас. Эта часть жизни заставляет терять вас покой и силы. Однозначно, слабые внешние точки опоры (ситуации, что заставляют вас терять силы) имеют свои корни в ваших слабых сторонах, которые необходимо развивать. Мы опять можем вспомнить принцип «изнутри наружу» и «все связано со всем, все на все влияет». Внутренняя слабость отражается в слабости внешне и наоборот. Внешняя слабость обнаруживает внутреннюю неуверенность и неустойчивость. В данном квадрате вы обозначите все внешние точки нестабильности, имеющие для вас значение на данном этапе жизни.

### Задание 7.1.

Используя методiku SWOT-анализа, оцените свои собственные силы и возможности с учетом требований современного рынка труда к представителям вашей профессии/специальности. Сервисы, для создания личной карты: <https://www.mindmeister.com/ru>



Рекомендуем преподавателям подготовить и провести это занятие совместно с психологом образовательной организации. Определитесь сами, какие тесты, опросники вы порекомендуете

пройти студентам для проверки интеллекта, уровня тревожности, степени конфликтности и других качеств личности.

#### **Дополнительные источники информации:**

1. 10 психологических тестов, которые помогут лучше узнать себя.

<https://yandex.ru/turbo/lifehacker.ru/s/psychological-quiz/>

2. Личностный SWOT-анализ. Управленческий Шаолинь. <https://adv.jofo.me/661865.html>



#### **Задание 7.2**

Перед выполнением задания еще раз вспомните, что такое «независимая оценка квалификации» (страница 68 электронного пособия).

Используя оценочные средства независимой оценки квалификаций, которые доступны на сайте Реестр сведений о проведении независимой оценки квалификации, пройдите демо-тест [https://demo.nark.ru/?utm\\_referrer=nok-nark.ru&utm\\_source=noknark&utm\\_medium=banner](https://demo.nark.ru/?utm_referrer=nok-nark.ru&utm_source=noknark&utm_medium=banner) по интересующей квалификации и узнайте уровень своих навыков. Результаты теста добавьте в отчет.



#### **Дополнительное (вариативное) задание**

Рекомендуем преподавателям заранее проанализировать предлагаемые квалификации для прохождения демо-теста ([https://demo.nark.ru/?utm\\_referrer=nok-nark.ru&utm\\_source=noknark&utm\\_medium=banner](https://demo.nark.ru/?utm_referrer=nok-nark.ru&utm_source=noknark&utm_medium=banner)). Если, для квалификации по которой студенты проходят подготовку, вы не найдете вариант демо-теста, то следует обратиться к оценочным средствам независимой оценки квалификации (<https://nok-nark.ru/os/list/>). Самостоятельно подготовьте короткие тесты, учитывая какие дисциплины и модули освоены обучающимися к моменту выполнения данного задания.

Рекомендуемая литература:

1. Энциклопедия «Карьера».

Доступ: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html>

2. Профориентационные материалы Базового центра НАРК.

Составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям и размещены в следующих форматах: видеоролик, презентация, текст.

[Электронный ресурс].

Доступ: <http://www.bc-nark.ru/vocational-guidance-materials/>

#### **ОТЧЕТ**

Контроль качества выполненной работы: публичное групповое выступление, конспекты.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;

#### **Информационное обеспечение**

##### **Основные источники:**

1. Электронный учебник «Карьерное моделирование: от цели к реализации»: <https://bc-nark.ru/projects/education/constructor/textbook/>

##### **Дополнительные источники:**

2. Российский рынок труда: доклад Центра трудовых исследований и Лаборатории исследований рынка труда НИУ ВШЭ/ под редакцией В. Гимпельсона, Р. Капелюшниковой, С. Рощина. – Москва: НИУ ВШЭ, 2017. – 148 с. – Режим доступа: URL: <https://www.csr.ru/upload/iblock/861/86192da819e23b2d7ce2161f7718a32f.pdf>

- (дата обращения: 28.04.2023).
3. Исследование Сбербанка: 30 фактов о современной молодежи. - Режим доступа: URL:[http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth\\_presentation.pdf](http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth_presentation.pdf). (дата обращения: 28.04.2023).
  4. Введение в теорию коммуникации / И.В. Шумкина, учеб. пособие / И. В. Шумкина. – Самара: Изд-во Самарского университета, 2016. – 60 с.
  5. Профориентация и профессиональное самоопределение студентов / учебное пособие / Н.М. Тюкавкин, Е.С. Подборнова. – Самара: Издательство Самарского университета, 2020. – 156 с.
  6. Адашев С.Ю. Эффективное поведение на рынке труда: Учебное пособие для учащихся общеобразовательных и профессиональных учебных заведений / С.Ю. Адашев, Е.Г. Зубова, Т.Н. Кирюшина, Н.Ю. Посталюк - Доп-самара: ПРОФИ, 2002. - 78 с.
  7. Психология общения: Учебник / Л.Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Изд.2-е, стер – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
  8. Щербина М. Школа карьеры: учебное пособие/ М. Щербина. – М.: Фонд «Евразия», 2010. - 1520 с.

### **Интернет-ресурсы**

9. Реестр сведений о проведении независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://nok-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
10. Интернет платформа «Оценка квалификаций». - Режим доступа: URL: <http://kos-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
11. Оцени свои профессиональные знания онлайн «Демо-тест». - Режим доступа: URL: <https://demo.nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
12. Интернет платформа «Профессиональные стандарты». - Режим доступа: URL: <http://profstandart.rosmintrud.ru> (дата обращения: 28.04.2023).
13. Справочная информация «Профессиональные стандарты» (Материал подготовлен специалистами Консультант Плюс). - Режим доступа: URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_157436/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_157436/) (дата обращения: 28.04.2023).
14. Справочник профессий. - Режим доступа: URL: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions> (дата обращения: 28.04.2023).
15. Атлас новых профессий. - Режим доступа: URL: <http://atlas100.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
16. Профориентационные материалы Базового центра НАРК (составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям). - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/career/> (дата обращения: 28.04.2023).
17. Энциклопедия «Карьера». - Режим доступа: URL: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html> (дата обращения: 28.04.2023).

### **Ресурсы медиатеки Базового центра подготовки кадров НАРК**

#### **Видеоролики:**

18. Презентационный ролик НАРК. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=kMa5loKUcU> (дата обращения: 28.04.2023).
19. Презентационный ролик НСК. - Режим доступа: URL: [https://www.youtube.com/watch?v=UXO1\\_BraLoE](https://www.youtube.com/watch?v=UXO1_BraLoE) (дата обращения: 28.04.2023).
20. НОК – уверенность в завтрашнем дне. - Режим доступа: URL: <https://youtu.be/8KLwZXbqE7c> (дата обращения: 28.04.2023).
21. О проекте "Национальная система квалификаций - конструктор карьеры". - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=tJQls1Vedfc> (дата обращения: 28.04.2023).
22. Онлайн-митап «Построй свою карьеру». - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48284/> (дата обращения: 28.04.2023).
23. Мастер-класс «Стратегия и тактика поиска работы» от HeadHunter. - Режим доступа: URL:<https://bc-nark.ru/media/video/48276/> (дата обращения: 28.04.2023).

24. Как проходить собеседование: лайфхаки от SuperJob. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48266/> (дата обращения: 28.04.2023).
25. Общая характеристика национальной системы квалификаций. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=5J47Hp4ThYY> (дата обращения: 28.04.2023).
26. Профстандарты, квалификации, НСК: устройство и применение для построения карьеры. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e5eSvKMPQRM> (дата обращения: 28.04.2023).
27. Профессиональный экзамен как форма независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=AJNsmrhKzKc> (дата обращения: 28.04.2023).

### **Практическое занятие № 8 «Я беру тебя на работу!» (взаимная оценка резюме, собеседование с работодателем). (2 часа)**

Цель практического занятия: *сформировать представление о том, что на разные вакансии могут быть разные резюме, научить отражать в резюме ожидания работодателя, презентовать себя в рамках резюме, использовать достоверную информацию о себе с наибольшей эффективностью.*

В результате практического занятия студент должен знать:

- правила составления резюме;
- основные ошибки при составлении резюме;
- основные ошибки при подготовке к собеседованию;
- основные вопросы на собеседовании.

#### *ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА*

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* обучающиеся выполняют работу индивидуально.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Практические задания для студентов (*практикум*):

Порядок выполнения работы:

Теоретические материалы  
к заданию 8.1

Давайте вспомним, что такое вакансия.

Вакансия — это свободное рабочее место, на которое отбирают кандидатов. Другое значение слова «вакансия» — объявление о поиске кадров.

В хорошей вакансии семь разделов:

- название должности,
- форма занятости,
- информация о компании,
- требования к соискателю,
- его будущие обязанности,

– условия работы и размер зарплаты. Не все разделы обязательны, работодатель сам решает, что важно указать.

*Название должности.* Название должности указывают всегда. Оно показывает, что и где придется делать соискателю.

*Форма занятости.* В вакансии указывают нагрузку и форму работы. Нагрузка может быть полной — 40 часов в неделю и неполной — 15—20 часов.

*Форма работы* бывает обычной, когда сотрудник работает в помещении работодателя, а бывает удаленной.

*Информация о компании.* В этом разделе компании пишут свою историю, чтобы убедить соискателей в своей надежности, и указывают основные направления работы, чтобы можно было понять специфику. Иногда в вакансию включают конкурентные преимущества работодателя, рассказывают о достижениях команды и делятся идеологией бренда. Это нужно, чтобы найти близких по взглядам работников.

*Требования к соискателю.* В вакансии можно указать необходимый опыт работы и профессиональные качества — важные умения и навыки, — которым компания не сможет обучить нового сотрудника.

*Обязанности.* В вакансии описывают задачи, с которыми работнику придется сталкиваться ежедневно. Это нужно, чтобы соискатель понял, чего от него ждут, и оценил свои возможности.

*Условия работы.* В объявлениях указывают условия, в которых придется работать новому сотруднику. Например, часы работы, испытательный срок и трудовые отношения: трудовой договор, договор ГПХ или аутсорсинг.

*Зарплата.* Работодатель может указать точный размер зарплаты или ее диапазон.

## Задание 8.1.

Вам предложено описание одной вакансии (на пару обучающихся одно описание), на которую вам нужно составить резюме. Работа выполняется каждым самостоятельно, но по завершении работы обменяйтесь резюме, внимательно прочитайте и подготовьтесь выступить в роли работодателя. Выскажитесь, возьмете или не возьмете напарника на работу по данной вакансии. Обратная связь должна быть аргументирована.

Ниже приведен перечень вопросов, которые помогут вам разработать свое резюме и оценить качество резюме вашего напарника по заданию. Вы можете также воспользоваться электронными формами (шаблонами) резюме и после заполнения распечатать их на принтере. Шаблоны резюме представлены в приложениях 1-10.

1. Резюме содержит полные ФИО и дату (год) рождения.

2. Резюме содержит желаемую должность (профессию, специальность) и эта должность одна. ВАЖНО! На разные должности пишутся разные резюме.

3. Резюме отражает (при наличии) наличие образования и обучения (период обучения, образовательную организацию, полученную квалификацию) в соответствии с желаемой должностью.

4. Резюме содержит (при наличии) опыт работы (период, организацию, должность) в соответствии с желаемой должностью.

5. Резюме содержит перечень дополнительных знаний, умений, личностно-деловых характеристик в соответствии с требованиями к должности. (Например, нет необходимости писать о знании английского языка на начальном уровне при поиске работы токарем на заводе в России).

6. Резюме содержит иную важную по данной вакансии информацию (готовность к переезду, готовность работать в режиме ненормированного рабочего дня или в ночные смены и т.д. с учетом сведений по вакансии).

Задание 8.2.

Деловая игра «Собеседование с работодателем».

По возможности деловая игра проводится с привлечением представителя работодателя (специалиста отдела кадров, службы персонала, который занимается подбором, руководителя структурного подразделения и т.д.) В деловой игре может быть использовано резюме, подготовленное при выполнении задания 8.1. Собеседование должно проходить на конкретную вакансию с указанием требований к кандидату и условий труда.

### Дополнительное (вариативное) задание

Рекомендация преподавателям: если возможно, парой для обучающихся может быть представитель работодателя (специалист отдела кадров, отдела персонала), который будет давать квалифицированную обратную связь.

#### Самостоятельная работа студентов

#### Задание с использованием электронного пособия

Самостоятельно повторить материалы третьей главы электронного пособия «Карьерное моделирование: от цели к реализации» <https://new-acc-space-1353.ispring.ru/app/preview/2a2ceddc-7ca5-11ed-bbe6-5ee8c05e1ef0> .

Пройдите промежуточное тестирование.

Итак, мы почти готовы приступить к карьерному планированию.

У нас есть цель (кстати, вы можете ее скорректировать!).

У нас есть матрица квалификаций и квалификационных требований во всем объеме квалификаций и профессиональных стандартов.

У нас есть специальные инструменты оценки своих профессиональных возможностей, а также оценки образовательных организаций и работодателей.

Значит, вы готовы планировать карьеру, например, на ближайшие 5 лет (можно выбрать период поменьше).

Много это или мало?

Сейчас кажется, что много. Когда эти 5 лет пройдут, окажется, что это очень мало...

Возьмите еще раз лист со своей карьерной целью и представьте, что между точкой постановки этой цели и точкой ее реализации какой-то период времени.

Каким будет путь между этими точками?

Самый короткий и прямой как отрезок?

Ломанный и с зигзагами: «шаг вперед – два шага назад»?

Ветвистый и вариативный, когда хочется узнать, что припасено в разных вариантах?

Выбор за вами. И даже если этот выбор не гарантирует успех, он, несомненно, гарантирует получение опыта.

Задание: анализируя профессиональный стандарт и информацию со страниц пособия 63–65, сформулируйте для себя цели карьерного развития. Помочь в этом вам может конструктор «Карьерные траектории» [https://ork.nark.ru/#/career\\_trajectory](https://ork.nark.ru/#/career_trajectory) .

#### ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: защита портфолио карьерного продвижения, публичное выступление.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

### **Информационное обеспечение**

#### **Основные источники:**

1. Электронный учебник «Карьерное моделирование: от цели к реализации»: <https://bc-nark.ru/projects/education/constructor/textbook/>

#### **Дополнительные источники:**

9. Российский рынок труда: доклад Центра трудовых исследований и Лаборатории исследований рынка труда НИУ ВШЭ/ под редакцией В. Гимпельсона, Р. Капелюшниковой, С. Рощина. – Москва: НИУ ВШЭ, 2017. – 148 с. – Режим доступа: URL: <https://www.csr.ru/upload/iblock/861/86192da819e23b2d7ce2161f7718a32f.pdf> (дата обращения: 28.04.2023).
10. Исследование Сбербанка: 30 фактов о современной молодежи. - Режим доступа: URL:[http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth\\_presentation.pdf](http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth_presentation.pdf). (дата обращения: 28.04.2023).
11. Введение в теорию коммуникации / И.В. Шумкина, учеб. пособие / И. В. Шумкина. – Самара: Изд-во Самарского университета, 2016. – 60 с.
12. Профориентация и профессиональное самоопределение студентов / учебное пособие / Н.М. Тюкавкин, Е.С. Подборнова. – Самара: Издательство Самарского университета, 2020. – 156 с.
13. Адашев С.Ю. Эффективное поведение на рынке труда: Учебное пособие для учащихся общеобразовательных и профессиональных учебных заведений / С.Ю. Адашев, Е.Г. Зубова, Т.Н. Кирюшина, Н.Ю. Посталюк - Доп-самара: ПРОФИ, 2002. - 78 с.
14. Психология общения: Учебник / Л.Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Изд.2-е, стер – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
15. Щербина М. Школа карьеры: учебное пособие/ М. Щербина. – М.: Фонд «Евразия», 2010. - 1520 с.

### **Интернет-ресурсы**

28. Реестр сведений о проведении независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://nok-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
29. Интернет платформа «Оценка квалификаций». - Режим доступа: URL: <http://kos-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
30. Оцени свои профессиональные знания онлайн «Демо-тест». - Режим доступа: URL: <https://demo.nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
31. Интернет платформа «Профессиональные стандарты». - Режим доступа: URL: <http://profstandart.rosmintrud.ru> (дата обращения: 28.04.2023).
32. Справочная информация «Профессиональные стандарты» (Материал подготовлен специалистами Консультант Плюс). - Режим доступа: URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_157436/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_157436/) (дата обращения: 28.04.2023).
33. Справочник профессий. - Режим доступа: URL: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions> (дата обращения: 28.04.2023).
34. Атлас новых профессий. - Режим доступа: URL: <http://atlas100.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).

35. Профорориентационные материалы Базового центра НАРК (составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям). - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/career/> (дата обращения: 28.04.2023).
36. Энциклопедия «Карьера». - Режим доступа: URL: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html> (дата обращения: 28.04.2023).

## **Ресурсы медиатеки Базового центра подготовки кадров НАРК**

### **Видеоролики:**

37. Презентационный ролик НАРК. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=kMa5loKUcU> (дата обращения: 28.04.2023).
  38. Презентационный ролик НСК. - Режим доступа: URL: [https://www.youtube.com/watch?v=UXO1\\_BraLoE](https://www.youtube.com/watch?v=UXO1_BraLoE) (дата обращения: 28.04.2023).
  39. НОК – уверенность в завтрашнем дне. - Режим доступа: URL: <https://youtu.be/8KLwZXbqE7c> (дата обращения: 28.04.2023).
  40. О проекте "Национальная система квалификаций - конструктор карьеры". - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=tJQls1Vedfc> (дата обращения: 28.04.2023).
  41. Онлайн-митап «Построй свою карьеру». - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48284/> (дата обращения: 28.04.2023).
  42. Мастер-класс «Стратегия и тактика поиска работы» от HeadHunter. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48276/> (дата обращения: 28.04.2023).
  43. Как проходить собеседование: лайфхаки от SuperJob. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48266/> (дата обращения: 28.04.2023).
  44. Общая характеристика национальной системы квалификаций. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=5J47Hp4ThYY> (дата обращения: 28.04.2023).
  45. Профстандарты, квалификации, НСК: устройство и применение для построения карьеры. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e5eSvKMPQRM> (дата обращения: 28.04.2023).
- Профессиональный экзамен как форма независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=AJNsmrhKzKc> (дата обращения: 28.04.2023).

## **Практическое занятие №9 «Формирование портфолио карьерного продвижения. Оценка цифрового следа» (1 час)**

Цель практического занятия: развитие умения формировать портфолио карьерного продвижения, отслеживать свой «цифровой след».

### *ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА*

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* обучающиеся выполняют работу индивидуально.

План практического занятия:

1. Организационный момент.

2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Практические задания для студентов (*практикум*):

Порядок выполнения работы:

Порядок выполнения работы:

Теоретические сведения к заданию

В качестве следующего практического задания мы предлагаем вам поработать над портфолио. Как правило, портфолио создают, когда собирают материалы своих достижений.

Здесь же мы ставим задачу по сбору материалов, которые вам пригодятся для карьерного планирования и достижения вашей цели. Если вы будете заниматься карьерным планированием в течение всей профессиональной деятельности, такое портфолио будет не только иллюстрацией ваших достижений, но и методикой вашего персонального карьерного моделирования.

Такая папка может быть в бумажном или электронном виде, как вам привычнее.

Шаг 1. Цель.

Конечно, мы начинаем с цели.

На титульном листе вашего пакета документов (можно для удобства продолжать называть его портфолио) будет ваша цель.

Вы всегда будете ее видеть, а значит, сознание будет работать постоянно над вариантами ее реализации и подкидывать все новые идеи.

Шаг 2. Рынок труда.

В этой части портфолио Вы можете собрать всю интересную вам информацию о ситуации на рынке труда по тем параметрам, которые вам важны. Это могут быть аналитические материалы, ваш собственный мониторинг, объявления о вакансиях, информация о новых профессиях. Не забывайте, что требования рынка труда отражаются в профессиональных стандартах и ОРК.

Мы помним, что выходить на рынок труда надо с понимаем его конъюнктуры.

Шаг 3. Знания и умения.

Здесь было бы полезно собрать информацию о разных вариантах получения профессиональных знаний и умений: в образовательной организации, самостоятельно. Среди важной информации могут быть образовательные программы, отзывы выпускников учебных заведений, сведения о наличии или отсутствии профессионально–общественной аккредитации.

Тут же могут быть сведения о ваших достижениях в получении профессиональных знаний и умений: дипломы, удостоверения о повышении квалификации. Не забывайте о процедуре НОК. Свидетельство о квалификации послужит весомым доказательством вашего профессионализма.

Шаг 4. Ваша личность.

Наверняка, у вас была возможность проходить разного рода личностные тесты. Соберите их все в этом разделе портфолио, чтобы опираться на них, в том числе, при определении профессионального вектора.

Кроме того, соберите все подтверждения вашего таланта (в любом направлении). Возможно, хобби или случайный интерес даст вам новый импульс в целеполагании.

Шаг 5. Опыт работы.

Если вы были когда–то трудоустроены или выполняли работы по гражданско–правовому договору, у вас собралось достаточно документационных доказательств профессионального опыта.

Но если таких документов нет, вы можете собрать информацию о практиках, стажировках, выполнении работ в качестве помощника.

И это не обязательно должны быть документы. Достаточно фото или просто записи в произвольной форме.

Мы же помним, что цель этого портфолио – НЕ демонстрация работодателю, а помощь в карьерном планировании. Представьте себе, что вдруг вы вспомнили о теплых чувствах к

бабушкиным коровам, когда гостили у нее в деревне. Как вам нравилось за ними ухаживать, заботиться о них.

Вдруг это воспоминание натолкнет вас на мысль о карьере ветеринара?

Шаг 6. Резюме.

Если вы когда-то оформляли резюме, соберите их все – они пригодятся для формулировок ваших возможностей.

Если опыта написания резюме у вас нет, дадим небольшой совет.

Резюме должно быть несколько, на разные случаи и на разные вакансии. Не думайте, что составив одно резюме, вы будете просто добавлять в него новые этапы карьеры. В этом документе (а вы его работодателю будете отправлять) должны быть отражены ваши профессиональные возможности в отношении конкретной квалификации. Например, если вы претендуете на должность программиста, то кулинарные навыки и занятия йогой вряд ли будут интересны работодателю.

Шаг 7. Анализ материалов.

В заключительном разделе хорошо бы периодически проводить анализ и сверку требований работодателей и ваших возможностей по каждой промежуточной карьерной цели. Это позволит вам оперативно отслеживать ваше продвижение в желаемом направлении.

Заключение.

Если вы возьмете за правило собирать такую информацию постоянно, это не только поможет вам в карьерных устремлениях, но и существенно облегчит жизнь.

Задание 2.1.

Оформите портфолио карьерного продвижения, выполняя пошаговые действия, описанные выше.

Задание 2.2.

Проанализируйте свой цифровой след, который вы оставляете посредством социальных сетей и цифрового контента. Сделайте выводы о том, какое мнение о вас сможет сложиться у работодателя на основе данных, полученных в результате анализа вашего цифрового следа. Сформулируйте рекомендации, которые помогут вам оптимизировать цифровой след в соответствии с ожиданиями потенциальных работодателей (в случае необходимости).

**ОТЧЕТ**

Контроль качества выполненной работы: защита портфолио карьерного продвижения, публичное выступление.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

**Информационное обеспечение**

**Основные источники:**

1. Электронный учебник «Карьерное моделирование: от цели к реализации»: <https://bc-nark.ru/projects/education/constructor/textbook/>

**Дополнительные источники:**

2. Российский рынок труда: доклад Центра трудовых исследований и Лаборатории исследований рынка труда НИУ ВШЭ/ под редакцией В. Гимпельсона, Р. Капелюшникова, С. Рощина. – Москва: НИУ ВШЭ, 2017. – 148 с. – Режим доступа:

- URL: <https://www.csr.ru/upload/iblock/861/86192da819e23b2d7ce2161f7718a32f.pdf> (дата обращения: 28.04.2023).
3. Исследование Сбербанка: 30 фактов о современной молодежи. - Режим доступа: URL:[http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth\\_presentation.pdf](http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth_presentation.pdf). (дата обращения: 28.04.2023).
  4. Введение в теорию коммуникации / И.В. Шумкина, учеб. пособие / И. В. Шумкина. – Самара: Изд-во Самарского университета, 2016. – 60 с.
  5. Профориентация и профессиональное самоопределение студентов / учебное пособие / Н.М. Тюкавкин, Е.С. Подборнова. – Самара: Издательство Самарского университета, 2020. – 156 с.
  6. Адашев С.Ю. Эффективное поведение на рынке труда: Учебное пособие для учащихся общеобразовательных и профессиональных учебных заведений / С.Ю. Адашев, Е.Г. Зубова, Т.Н. Кирюшина, Н.Ю. Посталюк - Доп-самара: ПРОФИ, 2002. - 78 с.
  7. Психология общения: Учебник / Л.Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Изд.2-е, стер – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
  8. Щербина М. Школа карьеры: учебное пособие/ М. Щербина. – М.: Фонд «Евразия», 2010. - 1520 с.

### **Интернет-ресурсы**

9. Реестр сведений о проведении независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://nok-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
10. Интернет платформа «Оценка квалификаций». - Режим доступа: URL: <http://kos-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
11. Оцени свои профессиональные знания онлайн «Демо-тест». - Режим доступа: URL: <https://demo.nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
12. Интернет платформа «Профессиональные стандарты». - Режим доступа: URL: <http://profstandart.rosmintrud.ru> (дата обращения: 28.04.2023).
13. Справочная информация «Профессиональные стандарты» (Материал подготовлен специалистами Консультант Плюс). - Режим доступа: URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_157436/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_157436/) (дата обращения: 28.04.2023).
14. Справочник профессий. - Режим доступа: URL: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions> (дата обращения: 28.04.2023).
15. Атлас новых профессий. - Режим доступа: URL: <http://atlas100.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
16. Профориентационные материалы Базового центра НАРК (составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям). - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/career/> (дата обращения: 28.04.2023).
17. Энциклопедия «Карьера». - Режим доступа: URL: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html> (дата обращения: 28.04.2023).

### **Ресурсы медиатеки Базового центра подготовки кадров НАРК**

#### **Видеоролики:**

18. Презентационный ролик НАРК. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=kMa5loKUcU> (дата обращения: 28.04.2023).
19. Презентационный ролик НСК. - Режим доступа: URL: [https://www.youtube.com/watch?v=UXO1\\_BraLoE](https://www.youtube.com/watch?v=UXO1_BraLoE) (дата обращения: 28.04.2023).
20. НОК – уверенность в завтрашнем дне. - Режим доступа: URL: <https://youtu.be/8KLwZXbqE7c> (дата обращения: 28.04.2023).
21. О проекте "Национальная система квалификаций - конструктор карьеры". - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=tJQls1Vedfc> (дата обращения: 28.04.2023).
22. Онлайн-митап «Построй свою карьеру». - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48284/> (дата обращения: 28.04.2023).

23. Мастер-класс «Стратегия и тактика поиска работы» от HeadHunter. - Режим доступа: URL:<https://bc-nark.ru/media/video/48276/> (дата обращения: 28.04.2023).
24. Как проходить собеседование: лайфхаки от SuperJob. - Режим доступа: URL:<https://bc-nark.ru/media/video/48266/> (дата обращения: 28.04.2023).
25. Общая характеристика национальной системы квалификаций. - Режим доступа: URL:<https://www.youtube.com/watch?v=5J47Hp4ThYY> (дата обращения: 28.04.2023).
26. Профстандарты, квалификации, НСК: устройство и применение для построения карьеры. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e5eSvKMPQRM> (дата обращения: 28.04.2023).
27. Профессиональный экзамен как форма независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=AJNsmrhKzKc> (дата обращения: 28.04.2023).

### **Практическое занятие №10 «Построение индивидуального плана карьерного развития».**

Цель практического занятия: *формирование умения проектировать индивидуальный план карьерного развития.*

#### **ИНСТРУКЦИОННАЯ КАРТА**

Материально - техническое оснащение

Оборудование учебного кабинета:

Столы и стулья по количеству обучающихся

Стол компьютерный

Стол учительский (компьютерный)

Технические средства обучения:

Компьютер с монитором

Проектор мультимедийный

Экран

Наличие сети Internet

Дидактические материалы

Дидактические папки с КИМ по всем разделам курса.

Экранно-звуковые пособия:

Презентации по темам курса

*Характер выполнения работы:* обучающиеся выполняют работу индивидуально.

План практического занятия:

1. Организационный момент.
2. Мотивация учебной деятельности. Целевая установка занятия.
3. Теоретическое осмысление учебного материала или актуализация опорных знаний.
4. Методические указания к выполнению практической работы.
5. Самостоятельная работа студентов.
6. Осмысление и систематизация полученных знаний и умений.
7. Подведение итогов работы.

Практические задания для студентов (*практикум*):

Порядок выполнения работы:

#### **Задание 1.1**

Традиционно планы оформляют в табличной форме. Иногда их называют «дорожная карта» – это более образное название, которое отражает суть планирования – последовательность действий, которая обозначает путь к достижению цели.

Таблицы карьерного плана могут быть разными. Как вариант мы предлагаем такой или тот, что во вкладке РЕСУРСЫ электронного пособия. Но если вам удобна иная форма, вы можете использовать ее.

Вы можете выбирать любой вариант из тех, что предлагают в открытом доступе или составить собственный с учетом цели, стратегии и ресурсов.

Очень важно, чтобы карьерный план вы делали с позитивным настроем, с желанием, с предвкушением успеха.

Каждый раз, когда будете ловить себя на мысли, что вам это не нравится, остановитесь, подумайте – что вас беспокоит? Какой пункт плана вызывает сомнения?

Лучше сделать паузу, все обдумать тщательно, а уже потом продолжать.

Конечно, в любом плане возможные и компромиссные решения, но они должны быть осознанными и с понятными целями.

Предлагаем начать с простого варианта, используя профессиональный стандарт (при наличии), разработайте план своего карьерного развития по конкретной профессии/специальности в виде таблицы.

Цель	
Сфера желаемого трудоустройства	
Желаемая должность	
Планируемый срок замещения должности	
Общие квалификационные требования к должности в соответствии с соответствующим профессиональным стандартом	<i>Уровень образования, наличие опыта и т.д.</i>
Система квалификационных требований к должности	<i>Необходимые знания... Необходимые умения...</i>
Уровень ответственности	<i>Дескрипторы национальной рамки квалификаций</i>
Методы профессионального развития (как «получить должность»?)	<i>Обучение в образовательных организациях СПО/ВО, прохождение курсов ПК/ПП, стажировки и т.д. (указать в каких учебных заведениях и по какой программе планируется обучение)</i>
Сроки обучения	

Задание 10.2. Сформулируйте факторы и условия, способствующие вашей успешной профессиональной карьере. Заполните таблицу:

Личностные факторы	Профессионально–значимые факторы	Социальные факторы	Условия

Задание 10.3. Напишите эссе на тему «План моего карьерного развития».

### Самостоятельная работа студентов

### Задание с использованием электронного пособия

Самостоятельно повторите материалы четвертой и пятой главы электронного пособия «Карьерное моделирование: от цели к реализации» <https://new-acc-space-1353.ispring.ru/app/preview/2a2ceddc-7ca5-11ed-bbe6-5ee8c05e1ef0> .

Подготовьтесь к прохождению промежуточной аттестации по учебной дисциплине, завершив работу над планом карьерного развития.

### ОТЧЕТ

Контроль качества выполненной работы: защита портфолио карьерного продвижения, публичное выступление.

Требования к выполнению.

Выполнение сообщения должно способствовать углубленному усвоению материалов программы, повышению квалификации и приобретению навыков в области решения практических задач и ситуаций из области психологии делового общения. Его выполнение требует от обучающегося не только теоретических знаний из области психологии делового общения, но и умения анализировать, сопоставлять, делать обобщения, выводы и предложения.

Критерии оценивания сообщения:

- соответствие содержания заявленной теме, отсутствие в тексте отступлений от темы – 2 балла;
- соответствие целям и задачам дисциплины – 1 балл;
- способность к анализу и обобщению информационного материала, степень полноты обзора состояния вопроса – 1 балл;
- качество публичного выступления – 1 балл.

### **Информационное обеспечение**

#### **Основные источники:**

1. Электронный учебник «Карьерное моделирование: от цели к реализации»: <https://bc-nark.ru/projects/education/constructor/textbook/>

#### **Дополнительные источники: Нумерация!!!**

9. Российский рынок труда: доклад Центра трудовых исследований и Лаборатории исследований рынка труда НИУ ВШЭ/ под редакцией В. Гимпельсона, Р. Капелюшниковой, С. Рощина. – Москва: НИУ ВШЭ, 2017. – 148 с. – Режим доступа: URL: <https://www.csr.ru/upload/iblock/861/86192da819e23b2d7ce2161f7718a32f.pdf> (дата обращения: 28.04.2023).
10. Исследование Сбербанка: 30 фактов о современной молодежи. - Режим доступа: URL:[http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth\\_presentation.pdf](http://www.sberbank.ru/common/img/uploaded/files/pdf/youth_presentation.pdf). (дата обращения: 28.04.2023).
11. Введение в теорию коммуникации / И.В. Шумкина, учеб. пособие / И. В. Шумкина. – Самара: Изд-во Самарского университета, 2016. – 60 с.
12. Профориентация и профессиональное самоопределение студентов / учебное пособие / Н.М. Тюкавкин, Е.С. Подборнова. – Самара: Издательство Самарского университета, 2020. – 156 с.
13. Адашев С.Ю. Эффективное поведение на рынке труда: Учебное пособие для учащихся общеобразовательных и профессиональных учебных заведений / С.Ю. Адашев, Е.Г. Зубова, Т.Н. Кирюшина, Н.Ю. Посталюк - Доп-самара: ПРОФИ, 2002. - 78 с.
14. Психология общения: Учебник / Л.Д. Столяренко, С. И. Самыгин. – Изд.2-е, стер – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
15. Щербина М. Школа карьеры: учебное пособие/ М. Щербина. – М.: Фонд «Евразия», 2010. - 1520 с.

#### **Интернет-ресурсы**

28. Реестр сведений о проведении независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://nok-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
29. Интернет платформа «Оценка квалификаций». - Режим доступа: URL: <http://kos-nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
30. Оцени свои профессиональные знания онлайн «Демо-тест». - Режим доступа: URL: <https://demo.nark.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
31. Интернет платформа «Профессиональные стандарты». - Режим доступа: URL: <http://profstandart.rosmintrud.ru> (дата обращения: 28.04.2023).
32. Справочная информация «Профессиональные стандарты» (Материал подготовлен специалистами Консультант Плюс). - Режим доступа: URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_157436/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_157436/) (дата обращения: 28.04.2023).
33. Справочник профессий. - Режим доступа: URL: <http://spravochnik.rosmintrud.ru/professions> (дата обращения: 28.04.2023).
34. Атлас новых профессий. - Режим доступа: URL: <http://atlas100.ru/> (дата обращения: 28.04.2023).
35. Профориентационные материалы Базового центра НАРК (составлены по наиболее востребованным и перспективным профессиям). - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/career/> (дата обращения: 28.04.2023).
36. Энциклопедия «Карьера». - Режим доступа: URL: <http://www.znanie.info/portal/ec-main.html> (дата обращения: 28.04.2023).

## Ресурсы медиатеки Базового центра подготовки кадров НАРК

### Видеоролики:

37. Презентационный ролик НАРК. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=kMa5loKUcU> (дата обращения: 28.04.2023).
46. Презентационный ролик НСК. - Режим доступа: URL: [https://www.youtube.com/watch?v=UXO1\\_BraLoE](https://www.youtube.com/watch?v=UXO1_BraLoE) (дата обращения: 28.04.2023).
47. НОК – уверенность в завтрашнем дне. - Режим доступа: URL: <https://youtu.be/8KLwZXbqE7c> (дата обращения: 28.04.2023).
48. О проекте "Национальная система квалификаций - конструктор карьеры". - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=tJQls1Vedfc> (дата обращения: 28.04.2023).
49. Онлайн-митап «Построй свою карьеру». - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48284/> (дата обращения: 28.04.2023).
50. Мастер-класс «Стратегия и тактика поиска работы» от HeadHunter. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48276/> (дата обращения: 28.04.2023).
51. Как проходить собеседование: лайфхаки от SuperJob. - Режим доступа: URL: <https://bc-nark.ru/media/video/48266/> (дата обращения: 28.04.2023).
52. Общая характеристика национальной системы квалификаций. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=5J47Hp4ThYY> (дата обращения: 28.04.2023).
53. Профстандарты, квалификации, НСК: устройство и применение для построения карьеры. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e5eSvKMPQRM> (дата обращения: 28.04.2023).
54. Профессиональный экзамен как форма независимой оценки квалификации. - Режим доступа: URL: <https://www.youtube.com/watch?v=AJNsmrhKzKc> (дата обращения: 28.04.2023).