

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ФОНД «ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

**УТВЕРЖДАЮ**  
Президент Образовательного учреждения  
Фонда «Педагогический университет  
«Первое сентября»



*Соловейчик А.С.*

Соловейчик А.С.

«21» февраля 2019 г.

**Рабочая программа модульного курса по программе дополнительного образования  
«Самореализация, или Как стать успешным в жизни и профессии»**

**Автор:**

Двоскина Надежда Владимировна,  
журналист, психолог

Москва  
2019 г.

## 1. Характеристика программы

**1.1. Цель реализации программы:** совершенствование личностных и профессиональных компетенций слушателей в поддержании мотивации к профессиональной деятельности.

### 1.2. Совершенствуемые компетенции

№ п/п	Компетенции	Направление подготовки: педагогическое образование
		Код компетенции 44.03.01 Бакалавриат
1	Способность проектировать траекторию своего профессионального роста и личностного развития	ПК-10
2	Способность к самоорганизации и самообразованию	ОК-6

### 1.3. Планируемые результаты обучения

№ п/п	Знать – Уметь	Направление подготовки: педагогическое образование
		Код компетенции 44.03.01 Бакалавриат
1	<b>Знать:</b> особенности самореализации и виды профессионального успеха <b>Уметь:</b> находить способы мотивации для эффективной профессиональной деятельности	ПК-10
2	<b>Знать:</b> способы самоорганизации и самообразования <b>Уметь:</b> использовать возможности самоорганизации и самообразования	ОК-6

**Категория слушателей:** уровень образования – ВО, область профессиональной деятельности – дошкольное, начальное, основное, среднее образование.

**Форма обучения:** заочная, с применением дистанционных технологий.

**Общая трудоемкость дисциплины:** 6 академических часов.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Всего, час.	Вид учебных занятий, учебных работ			Форма контроля	Трудоемкость
			Лекции	Практ. занятие	Самост. работа		
1	Самореализация, или Как стать успешным в жизни и профессии	5 ч. 35 мин.	5.35	2 ч. 35 мин.	3 ч.	Ответы на вопросы к разделу	5 ч. 35 мин.
2	Итоговая аттестация	25 мин.				Онлайн-тестирование	25 мин.
	Итого						6 часов

### **3. Формы аттестации и оценочные материалы**

**3.1. Промежуточный контроль.** Задания промежуточного контроля размещены в тексте курса.

#### **3.2. Итоговая аттестация**

**Форма:** онлайн-тестирование с мгновенной обратной связью.

**Оценка:** зачет/незачет

**Примерные задания:**

1. Как связаны между собой личностная и профессиональная формы самореализации?
  - а) Личностная и профессиональная самореализация — это одно и то же, просто выраженное разными терминами.
  - б) Личностная и профессиональная самореализация не имеют связи между собой.
  - в) Личностная и профессиональная самореализация связаны между собой исключительно по формальному признаку.
  - г) Профессия становится средством самовыражения человека, обогащает личность и позволяет человеку познать себя и свои возможности.
  
2. Что является важным условием профессиональной самореализации?
  - а) Задатки лидера.
  - б) Собранность, вовлеченность и присутствие в деле.
  - в) Доверие ко всем решениям руководства.
  - г) Умение общаться в коллективе.
  
3. На что из перечисленного следует ориентироваться при выборе профессиональной деятельности?
  - а) Насколько эта деятельность отвечает требованиям текущей моды на профессии.
  - б) Что важно для вашей семьи и близкого окружения, что считается наиболее успешным и престижным для них.
  - в) Что важно именно для вас: чем заниматься, в каком режиме, как и с какими людьми взаимодействовать.
  - г) Что позволит наиболее быстро подняться по карьерной лестнице.

### **4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

#### **Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

1. Алимпиева А.В. Самореализация личности. Как найти себя и добиться успеха: практическое руководство. Калининград: Лига избирательниц Калининградской области, 2014.
2. Кудинов С.И., Кудинов С.С., Михайлова О.Б., Рушина М.А. Самореализация личности: теоретико-эмпирические исследования. М.: Перо, 2015.
3. Людвиг П. Победы свою прокрастинацию. Как перестать откладывать дела на завтра. М., 2014.
4. Пичил Т. Не откладывай на завтра. Краткий гид по борьбе с прокрастинацией. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014.
5. Робинсон К., Ароника Л. Найти свое призвание. Как открыть свои истинные таланты и наполнить жизнь смыслом. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014.

#### **Материально-технические условия реализации программы**

Компьютер или ноутбук с программным обеспечением.

Свободный доступ в интернет.