

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гриб Владислав Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 03.03.2025 12:28:24
Уникальный программный ключ:
637517d24e103c3db032acf37e839d98ec1c5bb2f5eb89c29abfcd7f43985447



**Образовательное частное учреждение высшего образования
«МОСКОВСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ А.С. ГРИБОЕДОВА»**

(ИМПЭ им. А.С. Грибоедова)

ИНСТИТУТ МЕЖДУНАРОДНОЙ ЭКОНОМИКИ, ЛИДЕРСТВА И МЕНЕДЖМЕНТА

УТВЕРЖДАЮ

Директор института
международной экономики,
лидерства и менеджмента

_____ А. А. Панарин
«04» октября 2024г.

Рабочая программа учебной дисциплины

ЖИЗНЕННАЯ НАВИГАЦИЯ

Направление подготовки (специальность)

38.05.02 Таможенное дело

Направленность (специализация) подготовки:

Таможенные платежи и валютный контроль

Квалификация выпускника:

Специалист таможенного дела

Форма обучения:

Очная

Москва

Рабочая программа дисциплины «Жизненная навигация». По специальности 38.05.02 Таможенное дело, специализация «Таможенные платежи и валютный контроль» / А. В. Смирнов – М.: ИМПЭ им. А.С. Грибоедова – 25с.

Рабочая программа дисциплины составлена на основании требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – специалитет по специальности 38.05.02 «Таможенное дело», утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25 ноября 2020 г. № 1453 и Профессионального стандарта «Специалист по внешнеэкономической деятельности» от «17» июня 2019 г. № 409н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации «11» июля 2019 г., регистрационный № 55208).

Разработчики:

А. В. Смирнов, к. и. н., доцент,

Ответственный рецензент:

М. К. Чистякова, кандидат экономических наук, доцент,
декан экономического факультета ОАНО ВО «Московский
психолого-социального университета»
(Ф.И.О., уч. степень, уч. звание, должность)

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании кафедры аудита, финансов и кредита «04» октября 2024г., протокол №2

Заведующий кафедрой _____ / Т. В. Новикова, к. э. н., доцент

Согласовано от Библиотеки _____ /О.Е. Стёпкина/

СОДЕРЖАНИЕ

1. Аннотация к дисциплине.....	3
2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы.....	3
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	5
3.1. Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах)	5
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на н.....	5
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам).....	8
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплин.....	11
6. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Жизненная навигация».....	13
6.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал.....	13
6.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы.....	16
6.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	21
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	22
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	23
9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	27
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	28
10.1 Лицензионное программное обеспечение.....	28
10.2. Электронно-библиотечная система.....	28
10.3. Современные профессиональные базы данных.....	28
10.4. Информационные справочные системы.....	29
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	29
12. Лист регистрации изменений	31

1. Аннотация к дисциплине

Рабочая программа дисциплины «Жизненная навигация» составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета), утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования РФ от 25.11.2020 г. № 1453.

Рабочая программа содержит обязательные для изучения темы по дисциплине «Жизненная навигация». Дисциплина дает целостное представление об методах саморазвития и самоорганизации.

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Настоящая дисциплина включена в часть, формируемую участниками образовательных отношений, Блок Факультативных дисциплин учебных планов по специальности 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета).

Дисциплина изучается на 1 курсе, в 1 семестре для очной формы обучения, форма контроля - зачет.

Цель изучения дисциплины:

формирование способности и готовности использовать знания о законах развития социальной и культурной среды, положений и методов социальных, гуманитарных и экономических наук при решении социальных задач, задач личностного и профессионального развития, самоорганизации личности.

Задачи:

- изучить сущность и пути саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала;
- определить критерии оценки и оптимизации программы саморазвития личности
- изучить способы оптимизации жизненно важных целей с использованием SMART-теста;
- сформировать представления об основных личных жизненных приоритетах;
- изучить механизмы взаимодействия с другими людьми и организациями;
- овладеть методикой построения и оптимизации модели высокоэффективного рабочего дня;
- изучить основы саморегуляции собственного состояния;
- овладеть способами самоанализа личности с применением каталога универсальных компетенций;
- изучить основы анализа типичных затруднений реализации жизненно важных намерений;
- усвоить пути согласования целей, задач профессиональной деятельности и реализации жизненных планов.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

ОПК-2 - Способен осуществлять сбор, обработку, анализ данных для решения профессиональных задач, информирования органов государственной власти и общества на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности.

ПК-4 - Способен осуществлять таможенный контроль, валютный контроль, взимание таможенных платежей и контроль правильности их исчисления

2. Перечень планируемых результатов обучения, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций, предусмотренных ФГОС ВО по специальности 38.05.02 Таможенное дело (уровень специалитета).

Код компетенции	Результаты освоения ОПОП (содержание компетенций)	Индикаторы достижения компетенций	Формы образовательной деятельности, способствующие формированию и развитию компетенции
ОПК-2	Способен осуществлять сбор, обработку, анализ данных для решения профессиональных задач, информирования органов государственной власти и общества на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности	ИОПК-2.1 Осуществляет сбор и обработку информации с использованием современного инструментария для решения профессиональных задач, информирования органов государственной власти и общества	<u>Контактная работа:</u> Лекции Практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>
		ИОПК-2.2 Использует методы анализа данных для решения профессиональных задач, информирования органов государственной власти и общества с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности	
		ИОПК-2.3 Использует методы анализа данных для интерпретации результатов моделирования при осуществлении профессиональной деятельности с учетом основных требований информационной безопасности	
ПК-4.	Способен осуществлять таможенный контроль, валютный контроль, взимание таможенных платежей и контроль правильности их исчисления	ИПК-4.1 Осуществляет организацию всех видов контроля профессиональной деятельности с применением информационно-коммуникационных технологий в ВЭД	<u>Контактная работа:</u> Лекции Практические занятия <u>Самостоятельная работа</u>
		ИПК-4.2 Определяет правильность представленных таможенных документов, их оформления	
		ИПК-4.3 Демонстрирует понимание контроля за правильностью взимания и	

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.

3.1 Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах)

Объем дисциплины	Всего часов
	очная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	
Аудиторная работа (всего):	32
в том числе:	
Лекции	16
семинары, практические занятия	16
лабораторные работы	
Внеаудиторная работа (всего):	40
в том числе:	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	40
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет)	

Объем дисциплины	Всего часов
	заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего)	
Аудиторная работа (всего):	4
в том числе:	
Лекции	2
семинары, практические занятия	
лабораторные работы	
Внеаудиторная работа (всего):	68
в том числе:	
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	68
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет)	

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

**4.1 Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)
для очной формы обучения**

Разделы и/или темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)						Вид оценочного средства текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации (по семестрам)	
		ВСЕГО	Из них аудиторные занятия			Самостоятельная работа	Контрольная работа		Курсовая работа
			Лекции	Лаборатор. практикум	Практическ. занятия / семинары				
Тема 1. Смысловая навигация. Жизненный путь личности	1	7	1		1	4		Опрос	
Тема 2. Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности	1	7	1		1	4		Опрос	
Тема 3. Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности	1	7	1		1	4		Опрос	
Тема 4. Жизненные стратегии: механизмы формирования и реализации.	1	7	1		1	4		Опрос	
Тема 5. Ресурсная навигация личности	1	7	2		2	4		Опрос	
Тема 6. Экзистенциальная навигация личности	1	7	2		2	4		Опрос	
Тема 7. Организационная навигация	1	7	2		2	4		Опрос	
Тема 8. Сценарно-ролевая навигация	1	7	2		2	4		Опрос	
Тема 9. Социальная навигация	1	8	2		2	4		Опрос	
Тема 10. Волевая навигация	1	8	2		2	4		Опрос	
Зачет	1							Вопросы	
Всего:		72	16		16	40			

для заочной формы обучения

Разделы и/или темы дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				контроля успеваемости, промежуток очной

		ВСЕГО	Из них аудиторные занятия			Самостоятельная работа	Контрольная работа	Курсовая работа	
			Лекции	Лаборатор. практикум	Практическ. занятия / семинары				
Тема 1. Смысловая навигация. Жизненный путь личности	1	7	1		1	6			Опрос
Тема 2. Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности	1	7				7			Опрос
Тема 3. Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности	1	7				7			Опрос
Тема 4. Жизненные стратегии: механизмы формирования и реализации.	1	7				6			Опрос
Тема 5. Ресурсная навигация личности	1	7				7			Опрос
Тема 6. Экзистенциальная навигация личности	1	7				7			Опрос
Тема 7. Организационная навигация	1	7				7			Опрос
Тема 8. Сценарно-ролевая навигация	1	7				7			Опрос
Тема 9. Социальная навигация	1	8				7			Опрос
Тема 10. Волевая навигация	1	8	1		1	7			Опрос
Зачет	1								Вопросы
Всего:		72	2		2	68			

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам

Тема 1. Смысловая навигация. Жизненный путь личности

Содержание лекционных занятий

Жизненный путь личности. Жизненно важные ориентиры личности: картина мира, представления о собственной личности, идеальный образ желаемого будущего Мечта как основа жизненно важного выбора личности в процессе смысловой самонавигации.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Формирование ясного видения картины собственного успеха
2. Построение системы конкретных стратегических целей как ступеней к жизненному успеху.

Методические приемы и средства:

- метод структурированных дневниковых записей;
- техники построения эффективных аффирмаций.

Тема 2. Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности

Содержание лекционных занятий

Биологическая, предметно-деятельностная, ментальная, социальная сферы жизнедеятельности человека. Физиологические особенности как предпосылки, предметная деятельность как источник; жизненно важные противоречия как главная движущая сила развития личности. Личный выбор как ключевой фактор становления индивидуальности. Условия гармонизации процессов развития личности как субъекта жизнедеятельности. Закономерности достижения жизненного успеха и персонального благополучия.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Диагностика уровня развития процессов саморегуляции субъектом своей активности.
2. Определение уровня притязаний.
3. Оценка коммуникативных особенностей.

Методические приемы и средства:

- Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой
- Самооценка уровня притязаний по методике Шварцландера
- методика КОС

Тема 3. Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности

Содержание лекционных занятий

Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности. Профессиональный успех и карьерное продвижение. Соотношение развития личности как субъекта профессиональной деятельности и карьерного роста на различных стадиях жизни.

Содержание практических занятий

1. Оценка развития карьерного потенциала
2. Определение типа карьерной ориентации.

Методические приемы и средства:

- тест «Типы карьерной ориентации»

Тема 4. Жизненные стратегии: механизмы формирования и реализации

Содержание лекционных занятий

Понятие о жизненной стратегии личности. Разновидности жизненных стратегий. Механизмы формирования и реализации жизненных стратегий. Этапы становления личности как субъекта жизнедеятельности.

Содержание практических занятий

1. Определение форм самополагания.
2. Усвоение схем анализа смысловой нагрузки происходящего.
3. Описание форм отраженной субъектности.

Методические приемы и средства:

- методика свободного самоописания.

Тема 5. Ресурсная навигация личности

Содержание лекционных занятий

Определение условий достижения жизненно важных целей. Качества личности как субъекта жизнедеятельности. Добродетели и достоинства личности. Оценка персональных компетенций как главного ресурса личности для построения и реализации жизненных планов. Построение плана саморазвития личности как основной составляющей ресурсного обеспечения движения к своей мечте и жизненному успеху.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Анализ личностных особенностей как факторов жизненного успеха;
2. Определение персональных ресурсов для обеспечения благополучия, эффективного решения наиболее значимых для человека задач

Методические приемы и средства:

- VIA – классификатор сильных сторон и талантов личности;
- Гэллаповский определить сильных сторон;
- структурная матрица эмоциональных компетенций;
- четырехпозиционная матрица лидерских компетенций.

Тема 6. Экзистенциальная навигация личности

Содержание лекционных занятий

Природа субъективных самоограничений, методы их аттестации и приемы преодоления.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Формирование здорового оптимизма как важнейшего фактора успешности;
2. Формирование и укрепление установки на эффективное использование особенностей собственной личности

Методические приемы и средства:

- определитель атрибутивного стиля СТОУН-В;
- опросник УСК;
- тест-тренажерный практикум на основе методики Маддукс-Шеер

Тема 7. Организационная навигация

Содержание лекционных занятий

Причины стремления человека к упорядочению собственной активности. Разработка реалистичных планов достижения жизненно важных целей и построение персональной траектории успеха.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Построение реалистичных планов достижения стратегически значимых целей с учетом:
 - возможных помех;
 - источников необходимых ресурсов;
 - возможных способов противодействия негативным факторам.
2. Выявление и использование полезных аналогий.
3. Согласование плана по вехам со сложившейся практикой структурирования своей жизни.
4. Моделирование оптимального поведения в случае провала основного плана.
5. Итоговая оптимизация плана реализации жизненно важных намерений.

Методические приемы и средства:

- разработка индивидуальных планов достижения значимых целей по технологии TOP

Тема 8. Сценарно-ролевая навигация

Содержание лекционных занятий

Сценарно-ролевые ориентиры личности. Учет и целенаправленное использование при реализации жизненно важных планов закономерностей формирования психологического образа «Мое идеальное Я».

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Выявление ключевых паттернов модели «Я-идеальное»
2. Социально-психологическое проектирование модели собственной личности, комплиментарной своим представлениям о результатах жизненного успеха.

Методические приемы и средства:

- тест-тренажерный практикум по выходу из трудных жизненных ситуаций.

Тема 9. Социальная навигация

Содержание лекционных занятий

Социальное позиционирование личности. Влияние референтных лиц и референтных групп на эффективность реализации жизненно важных планов; приемы и методы согласования различных интересов.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Построение социометрической сети референтных лиц и организаций.
2. Разработка проектов переговоров по согласованию интересов по технологии TOP.

Методические приемы и средства:

- Тест-тренажерный практикум на основе методик Т. Лири; , Розенцвейга, Маддукс-Шеер.
- методика проектирования переговоров на основе TOP.

Тема 10. Волевая навигация

Содержание лекционных занятий

Основные задачи волевой детерминации личностью собственной активности. Механизмы, приемы и методы самодетерминации человеком собственной жизнедеятельности, Типичные затруднения реализации жизненно важных намерений и способы их преодоления.

Содержание практических занятий

Рассматриваемые вопросы и выполняемые задания:

1. Модель идеального рабочего.
2. Составление списка внешних и внутренних орудий воли.
3. Построение схемы «команды мечты».

Методические приемы и средства:

- приемы тайм-менеджмента;
- системы поуровневой волевой регуляции жизнедеятельности;
- схема Яна Катценбах и TOP-технология командообразования.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа обучающихся при изучении курса «Жизненная навигация» предполагает, в первую очередь, работу с основной и дополнительной литературой. Результатами этой работы становятся выступления на практических занятиях, участие в обсуждении.

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению с учетом рекомендаций преподавателя.

Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы дисциплины «Жизненная навигация», которая содержит основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучаемых. Обязательно следует вспомнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочных занятий. Затем – приступать к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном программой.

Получив представление об основном содержании раздела, темы, необходимо изучить материал с помощью учебников, указанных в разделе 7 указанной программы. Целесообразно составить краткий конспект или схему, отображающую смысл и связи основных понятий данного раздела и включенных в него тем. Затем, как показывает опыт, полезно изучить выдержки из первоисточников. При желании можно составить их краткий конспект. Обязательно следует записывать возникшие вопросы, на которые не удалось ответить самостоятельно.

Наименование темы	Вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение	Формы самостоятельной работы	Учебно-методическое обеспечение	Форма контроля
Тема 1. Смысловая навигация. Жизненный путь личности	Отработка лаконичной формулировки собственной мечты в виде побуждающего к действию образа желаемого будущего	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 2. Сферы жизнедеятельности личности. Гармонизации развития личности как субъекта жизнедеятельности	Оптимизация дерева жизненно важных целей	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 3. Профессиональная деятельность как важнейший фактор развития личности	Уточнение и проверка реалистичности программы саморазвития	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос

Тема 4. Жизненные стратегии: механизмы формирования и реализации.	Отработка навыков практического использования сформированного арсенала приемов преодоления помех на пути к намеченным целям	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 5. Ресурсная навигация личности	Проверка реалистичности и корректировка плана реализации своих намерений	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 6. Экзистенциальная навигация личности	Практическая проверка эффективности составленного сценария «Я - идеальное»	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 7. Организационная навигация	Уточнение списка референтных лиц и организаций	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 8. Сценарно-ролевая навигация	Пилотажное проведение переговоров согласно подготовленному проекту взаимодействия с одним из персонажей списка референтных лиц	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 9. Социальная навигация	Практическая апробация и оптимизация эталонной модели эффективного дня	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос
Тема 10. Волевая навигация	Практическая реализация намеченного плана с письменной фиксацией итогов рефлексии проделанного пути для дальнейшего	Работа в библиотеке, включая ЭБС.	Литература к теме, работа с интернет источниками	Опрос

	обсуждения приобретенного опыта на аудиторных практических занятиях			
--	--	--	--	--

6. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Жизненная навигация»

6.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

№ п/п	Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Шкала и критерии оценки, балл	Критерии оценивания компетенции
1	Опрос	Беседа преподавателя с учащимися на определенную тему из учебной программы	<p>«Зачтено» - если обучающийся демонстрирует знание материала по разделу, основанные на знакомстве с обязательной литературой и современными публикациями; дает логичные, аргументированные ответы на поставленные вопросы. Также оценка «зачтено» ставится, если обучающимся допущены незначительные неточности в ответах, которые он исправляет путем наводящих вопросов со стороны преподавателя.</p> <p>«Незачтено» - имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу, а также допущены принципиальные ошибки при изложении материала.</p>	ИОПК-2.1, ИОПК-2.2, ИОПК-2.3, ИПК-4.1, ИПК-4.2, ИПК-4.3
2	Тестирование	<p>Тестирование можно проводить в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> • компьютерного тестирования, т.е. компьютер произвольно выбирает вопросы из базы данных по степени сложности; • письменных ответов, т.е. преподаватель задает вопрос и дает несколько вариантов ответа, а студент на отдельном листе записывает номера вопросов и номера соответствующих ответов 	<p>«отлично» - процент правильных ответов 80-100%;</p> <p>«хорошо» - процент правильных ответов 65-79,9%;</p> <p>«удовлетворительно» - процент правильных ответов 50-64,9%;</p> <p>«неудовлетворительно» - процент правильных ответов менее 50%.</p>	ИОПК-2.1, ИОПК-2.2, ИОПК-2.3, ИПК-4.1, ИПК-4.2, ИПК-4.3

6.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования

компетенций в процессе освоения основной профессиональной образовательной программы

№	Форма контроля/ коды оцениваемых компетенций	Процедура оценивания	Шкала и критерии оценки, балл
1.	Зачет - ИОПК-2.1, ИОПК-2.2, ИОПК-2.3, ИПК-4.1, ИПК-4.2, ИПК-4.3	Правильность ответов на все вопросы (верное, четкое и достаточно глубокое изложение идей, понятий, фактов и т.д.); Сочетание полноты и лаконичности ответа; Наличие практических навыков по дисциплине (решение задач или заданий); Ориентирование в учебной, научной и специальной литературе; Логика и аргументированность изложения; Грамотное комментирование, приведение примеров, аналогий; Культура ответа.	1. «зачтено» - если обучающийся демонстрирует знание материала по всем основным вопросам, указанным в рабочей программе, понимает их смысл и умеет его разъяснить; указанные в рабочей программе формируемые профессиональные компетенции в результате освоения дисциплины должны быть продемонстрированы обучающимся; семинарские занятия способствуют получению более высокого уровня знаний и, как следствие, более высокой оценке на зачете; готовиться к промежуточной аттестации необходимо начинать с первого практического занятия. 2. «незачтено» - имеются существенные пробелы в знании основного материала по разделу. Демонстрирует неумение творчески осмысливать изучаемый материал, критически анализировать источники, делать выводы и обобщения, а также не обладает начальными навыками учебно-профессиональной рефлексии.
1.	Тестирование Итоговое ИОПК-2.1, ИОПК-2.2, ИОПК-2.3, ИПК-4.1, ИПК-4.2, ИПК-4.3	Полнота знаний теоретического контролируемого материала. Количество правильных ответов	«отлично» - процент правильных ответов 80-100%; «хорошо» - процент правильных ответов 65-79,9%; «удовлетворительно» - процент правильных ответов 50-64,9%; «неудовлетворительно» - процент правильных ответов менее 50%.

6.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

С целью определения уровня овладения компетенциями, закрепленными за дисциплиной, в заданные преподавателем сроки проводится текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков каждого обучающегося. Все виды текущего контроля осуществляются на практических занятиях. Исключение составляет устный опрос, который может проводиться в начале или конце лекции в течение 15-20 мин. с целью закрепления знаний терминологии по дисциплине. При оценке компетенций принимается во внимание формирование профессионального мировоззрения, определенного уровня включенности в занятия, рефлексивные навыки, владение изучаемым материалом.

Процедура оценивания компетенций обучающихся основана на следующих стандартах:

1. Периодичность проведения оценки.

2. Многоступенчатость: оценка (как преподавателем, так и обучающимися группы) и самооценка обучающегося, обсуждение результатов и комплекс мер по устранению недостатков.

3. Единство используемой технологии для всех обучающихся, выполнение условий сопоставимости результатов оценивания.

4. Соблюдение последовательности проведения оценки.

Текущая аттестация обучающихся. Текущая аттестация обучающихся по дисциплине «Жизненная навигация» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ОЧУ ВО «Московский университет имени А.С. Грибоедова» и является обязательной.

Текущая аттестация по дисциплине «Жизненная навигация» проводится в форме опроса и контрольных мероприятий по оцениванию фактических результатов обучения обучающихся и осуществляется преподавателем дисциплины.

Объектами оценивания выступают:

1. учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине);

2. степень усвоения теоретических знаний в качестве «ключей анализа»;

3. уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы;

4. результаты самостоятельной работы (изучение книг из списка основной и дополнительной литературы).

Активность обучающегося на занятиях оценивается на основе выполненных обучающимся работ и заданий, предусмотренных данной рабочей программой дисциплины.

Кроме того, оценивание обучающегося проводится на текущем контроле по дисциплине. Оценивание обучающегося на контрольной неделе проводится преподавателем независимо от наличия или отсутствия обучающегося (по уважительной или неуважительной причине) на занятии. Оценка носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период.

Оценивание обучающегося носит комплексный характер и учитывает достижения обучающегося по основным компонентам учебного процесса за текущий период с выставлением оценок в ведомости.

Промежуточная аттестация обучающихся. Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине «Жизненная навигация» проводится в соответствии с локальными нормативными актами ОЧУ ВО «Московский университет имени А.С. Грибоедова» и является обязательной.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Жизненная навигация» проводится в соответствии с учебным планом в 1-м семестре для очной формы обучения в виде зачета в период зачетно-экзаменационной сессии в соответствии с графиком проведения.

Обучающиеся допускаются к зачету по дисциплине в случае выполнения им учебного плана по дисциплине: выполнения всех заданий и мероприятий, предусмотренных программой дисциплины.

Оценка знаний обучающегося на зачете определяется его учебными достижениями в семестровый период и результатами текущего контроля знаний и выполнением им заданий.

Знания умения, навыки обучающегося на зачете оцениваются как: «зачтено», «не зачтено».

Основой для определения оценки служит уровень усвоения обучающимися материала, предусмотренного данной рабочей программой.

Контрольные вопросы

Перечень вопросов к зачету

1. Отработка лаконичной формулировки собственной мечты в виде побуждающего к

- действию образа желаемого будущего
2. Оптимизация дерева жизненно важных целей
 3. Уточнение и проверка реалистичности программы саморазвития
 4. Отработка навыков практического использования сформированного арсенала приемов преодоления помех на пути к намеченным целям
 5. Проверка реалистичности и корректировка плана реализации своих намерений
 6. Практическая проверка эффективности составленного сценария «Я - идеальное»
 7. Уточнение списка референтных лиц и организаций
 8. Пилотажное проведение переговоров согласно подготовленному проекту взаимодействия с одним из персонажей списка референтных лиц
 9. Практическая апробация и оптимизация эталонной модели эффективного дня
 10. Практическая реализация намеченного плана с письменной фиксацией итогов рефлексии проделанного пути для дальнейшего обсуждения приобретенного опыта на аудиторных практических занятиях
 11. Постановка целей и планирование.
 12. Разработка программ саморазвития.
 13. Борьба с ленью и прокрастинацией.
 14. Принятие научно обоснованных решений.
 15. Развитие здорового оптимизма и реалистичного мировосприятия.
 16. Согласование представлений об идеальной жизнедеятельности с практикой.
 17. Внесение разумных корректив в свой образ жизни.
 18. Подготовка к будущей работе.
 19. Школьный успех и достижение целей.
 20. Управление временем и определение приоритетов.
 21. Определение своих сильных сторон и талантов.
 22. Развитие коммуникативных навыков.
 23. Формирование эмоционального интеллекта.
 24. Развитие гибкости мышления и адаптивности.
 25. Обучение управлению стрессом и эмоциями.
 26. Развитие навыков самопрезентации и публичных выступлений.
 27. Формирование лидерских качеств и умения работать в команде.
 28. Развитие креативности и инновационного мышления.
 29. Обучение тайм-менеджменту и планированию карьеры.
 30. Самопознание и самореализация.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

а) основная учебная литература:

1. Огнев А.С. Навигация. Жизненная, образовательная, профессиональная [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Огнев А.С., Довбыш С.Е., Колосова Е.Б.— Электрон. текстовые данные.— М.: Московский педагогический государственный университет, 2018.— 128 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/79045.html>.— ЭБС «IPRsmart»
2. Филиппов С. Состояние эффективности: Необычные методы самосовершенствования [Электронный ресурс]/ Филиппов С.— Электрон. текстовые данные.— М.: Альпина Паблишер, 2019.— 192 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/82512.html>.— ЭБС «IPRsmart»
3. Аткинсон Мэрилин Жизнь в потоке: Коучинг [Электронный ресурс]/ Аткинсон Мэрилин— Электрон. текстовые данные.— М.: Альпина Паблишер, 2019.— 332 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/82944.html>.— ЭБС «IPRsmart»

б) дополнительная учебная литература:

4. Стивен Р. Кови Восьмой навык: от эффективности к величию [Электронный ресурс]/ Стивен Р. Кови— Электрон. текстовые данные.— М.: Альпина Паблишер, 2019.— 416 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/86860.html>.— ЭБС «IPRsmart»
5. Трейси Брайан Технология достижений: Турбокоучинг по Брайану Трейси [Электронный ресурс]/ Трейси Брайан, Фрейзер Кэмпбелл— Электрон. текстовые данные.— М.: Альпина Паблишер, 2019.— 224 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/82546.html>.— ЭБС «IPRsmart»
6. Уитмор Джон Коучинг: Основные принципы и практики коучинга и лидерства [Электронный ресурс]/ Уитмор Джон— Электрон. текстовые данные.— М.: Альпина Паблишер, 2018.— 319 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/82612.html>.— ЭБС «IPRsmart»

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Вид деятельности	Методические указания по организации деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Проработка рабочей программы, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом. Прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решение задач по алгоритму и др.
Индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Самостоятельная работа	Самостоятельная работа проводится с целью: систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся; углубления и расширения теоретических знаний студентов; формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию, учебную и специальную литературу; развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности, организованности; формирование самостоятельности

мышления, способностей к саморазвитию, совершенствованию и самоорганизации; формирования профессиональных компетенций; развитию исследовательских умений обучающихся. Формы и виды самостоятельной работы: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; работа со словарем, справочником; поиск необходимой информации в сети Интернет; конспектирование источников; реферирование источников; составление аннотаций к прочитанным литературным источникам; составление рецензий и отзывов на прочитанный материал; составление обзора публикаций по теме; составление и разработка терминологического словаря; составление хронологической таблицы; составление библиографии (библиографической картотеки); подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к тестированию, зачету, зачету); выполнение домашних контрольных работ; самостоятельное выполнение практических заданий репродуктивного типа (ответы на вопросы, тесты; выполнение творческих заданий). Технология организации самостоятельной работы обучающихся включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения: библиотеку с читальным залом, укомплектованную в соответствии с существующими нормами; учебно-методическую базу учебных кабинетов, лабораторий и зала кодификации; компьютерные классы с возможностью работы в сети Интернет; аудитории (классы) для консультационной деятельности; учебную и учебно-методическую литературу, разработанную с учетом увеличения доли самостоятельной работы студентов, и иные методические материалы. Перед выполнением обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит консультирование по выполнению задания, который включает цель задания, его содержания, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. Во время выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы и при необходимости преподаватель может проводить индивидуальные и групповые консультации. Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами обучающихся в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений обучающихся. Контроль самостоятельной работы предусматривает:

- соотнесение содержания контроля с целями обучения; объективность контроля;
- валидность контроля (соответствие предъявляемых заданий тому, что предполагается проверить);
- дифференциацию контрольно-измерительных материалов.

Формы контроля самостоятельной работы:

- просмотр и проверка выполнения самостоятельной

	<p>работы преподавателем;</p> <ul style="list-style-type: none"> • организация самопроверки, • взаимопроверки выполненного задания в группе; обсуждение результатов выполненной работы на занятии; • проведение письменного опроса; • проведение устного опроса; • организация и проведение индивидуального собеседования; организация и проведение собеседования с группой; • защита отчетов о проделанной работе.
Опрос	<p>Опрос - это средство контроля, организованное как специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, и рассчитанное на выявление объема знаний по определенному разделу, теме, проблеме и т.п. Проблематика, выносимая на опрос определена в заданиях для самостоятельной работы обучающегося, а также может определяться преподавателем, ведущим семинарские занятия. Во время проведения опроса обучающийся должен уметь обсудить с преподавателем соответствующую проблематику на уровне диалога.</p>
Тестирование	<p>Контроль в виде тестов может использоваться после изучения каждой темы курса. Итоговое тестирование можно проводить в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> • компьютерного тестирования, т.е. компьютер произвольно выбирает вопросы из базы данных по степени сложности; • письменных ответов, т.е. преподаватель задает вопрос и дает несколько вариантов ответа, а обучающийся на отдельном листе записывает номера вопросов и номера соответствующих ответов. <p>Для достижения большей достоверности результатов тестирования следует строить текст так, чтобы у обучающихся было не более 40 – 50 секунд для ответа на один вопрос. Итоговый тест должен включать не менее 60 вопросов по всему курсу. Значит, итоговое тестирование займет целое занятие. Оценка результатов тестирования может проводиться двумя способами:</p> <p>1) по 5-балльной системе, когда ответы студентов оцениваются следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «отлично» – более 80% ответов правильные; - «хорошо» – более 65% ответов правильные; - «удовлетворительно» – более 50% ответов правильные. <p>Обучающиеся, которые правильно ответили менее чем на 70% вопросов, должны в последующем пересдать тест. При этом необходимо проконтролировать, чтобы вариант теста был другой;</p> <p>2) по системе зачет-незачет, когда для зачета по данной дисциплине достаточно правильно ответить более чем на 70% вопросов.</p>
Подготовка к зачету	<p>При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др. Основное</p>

	<p>в подготовке к сдаче зачета по дисциплине «Жизненная навигация» - это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо сдавать зачет. При подготовке к сдаче зачета обучающийся весь объем работы должен распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к зачету, контролировать каждый день выполнение намеченной работы. Подготовка к зачету включает в себя три этапа:</p> <ul style="list-style-type: none"> • самостоятельная работа в течение семестра; • непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса; • подготовка к ответу на задания, содержащиеся в вопросах и заданиях к зачету. <p>Для успешной сдачи зачета по дисциплине «Жизненная навигация» обучающиеся должны принимать во внимание, что:</p> <ul style="list-style-type: none"> • все основные вопросы, указанные в рабочей программе, нужно знать, понимать их смысл и уметь его разъяснить; • указанные в рабочей программе формируемые профессиональные компетенции в результате освоения дисциплины должны быть продемонстрированы студентом; • семинарские занятия способствуют получению более высокого уровня знаний и, как следствие, более высокой оценке на зачете; • готовиться к зачету необходимо начинать с первой лекции и первого семинара.
--	---

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

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	<p><u>Оборудование:</u> специализированная мебель (мебель аудиторная (11 столов, 22 стульев, доска аудиторная навесная), стол преподавателя, стул преподавателя.</p> <p><u>Технические средства обучения:</u> персональный компьютер; мультимедийное оборудование (проектор, экран).</p>
Помещение для самостоятельной работы	<p>Специализированная мебель (9 столов, 9 стульев), персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета</p>

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, электронно-библиотечные системы, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Обучающиеся обеспечены доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета из любой точки, в которой имеется доступ к сети «Интернет», как на территории организации, так и вне ее.

10.1 Лицензионное программное обеспечение:

Комплект лицензионного программного обеспечения

Операционная система "Атлант" - Atlant Academ от 24.01.2024 г. (бессрочно)

Антивирусное программное обеспечение ESET NOD32 Antivirus Business Edition договор № ИС00-006348 от 14.10.2022 г. (срок действия до 13.10.2025 г.)

Программное обеспечение «Мираполис» система вебинаров - Лицензионный договор №107/06/24-к от 27.06.2024 (Спецификация к Лицензионному договору №107/06/24-к от 27.06.2024, от 27.06.2024 г., срок действия с 01.07.2024 по 31.07.2025 г.)

Электронная информационно-образовательная среда «1С: Университет» договор от 10.09.2018 г. №ПРКТ-18281 (бессрочно)

Система тестирования Indigo лицензионное соглашение (Договор) от 07.11.2018 г. №Д-54792 (бессрочно)

Информационно-поисковая система «Консультант Плюс» - Договор №МИ-ВИП-79717-56/2022 (бессрочно)

Электронно-библиотечная система IPRsmart лицензионный договор от 01.09.2024 г. №11652/24С (срок действия до 31.08.2027 г.)

Научная электронная библиотека eLIBRARY лицензионный договор SCIENC INDEX № SIO -3079/2024 от 25.01.2024 г. (срок действия до 25.01.2025 г.)

Программное обеспечение отечественного производства:

Операционная система "Атлант" - Atlant Academ от 24.01.2024 г. (бессрочно)

Электронная информационно-образовательная среда «1С: Университет» договор от 10.09.2018 г. №ПРКТ-18281 (бессрочно)

Система тестирования Indigo лицензионное соглашение (Договор) от 07.11.2018 г. №Д-54792 (бессрочно)

Информационно-поисковая система «Консультант Плюс» - Договор №МИ-ВИП-79717-56/2022 (бессрочно)

Электронно-библиотечная система IPRsmart лицензионный договор от 01.09.2024 г. №11652/24С (срок действия до 31.08.2027 г.)

Научная электронная библиотека eLIBRARY лицензионный договор SCIENC INDEX № SIO -3079/2024 от 25.01.2024 г. (срок действия до 25.01.2025 г.)

10.2. Электронно-библиотечная система:

Электронная библиотечная система (ЭБС): <http://www.iprbookshop.ru/>

10.3. Современные профессиональные баз данных:

1. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>
2. Портал "Информационно-коммуникационные технологии в образовании" <http://www.ict.edu.ru>
3. Научная электронная библиотека <http://www.elibrary.ru/>
4. Национальная электронная библиотека <http://www.nns.ru/>
5. Электронные ресурсы Российской государственной библиотеки <http://www.rsl.ru/ru/root3489/all>

6. Web of Science Core Collection — политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных — <http://webofscience.com>
7. Полнотекстовый архив ведущих западных научных журналов на российской платформе Национального электронно-информационного консорциума (НЭИКОН) <http://neicon.ru>
8. Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com>
9. www.minfin.ru Сайт Министерства финансов РФ
10. <http://gks.ru> Сайт Федеральной службы государственной статистики
11. www.skrin.ru База данных СКРИН (крупнейшая база данных по российским компаниям, отраслям, регионам РФ)
12. www.cbr.ru Сайт Центрального Банка Российской Федерации
13. <http://moex.com/> Сайт Московской биржи
14. www.fcsm.ru Официальный сайт Федеральной службы по финансовым рынкам (ФСФР)
15. www.rbc.ru Сайт РБК («РосБизнесКонсалтинг» - ведущая российская компания, работающая в сферах масс-медиа и информационных технологий)
16. www.expert.ru Электронная версия журнала «Эксперт»
17. <http://ecsn.ru/> «Экономические науки»
18. Программный комплекс Альта-Софт (Тамдок, Заполнитель, Такса, Альта ГТД)

10.4. Информационные справочные системы:

1. Информационно-правовая система «Консультант+»
2. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>
3. www.garant.ru Информационно-правовая система Гарант

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Для обеспечения образования инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по личному заявлению обучающегося разрабатывается адаптированная образовательная программа, индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в частности применяется индивидуальный подход к освоению дисциплины, индивидуальные задания: рефераты, письменные работы и, наоборот, только устные ответы и диалоги, индивидуальные консультации, использование диктофона и других записывающих средств для воспроизведения лекционного и семинарского материала.

В целях обеспечения обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья библиотека комплектует фонд основной учебной литературой, адаптированной к ограничению их здоровья, предоставляет возможность удаленного использования электронных образовательных ресурсов, доступ к которым организован в ОЧУ ВО «Московский университет имени А.С. Грибоедова». В библиотеке проводятся индивидуальные консультации для данной категории пользователей, оказывается помощь в регистрации и использовании сетевых и локальных электронных образовательных ресурсов, предоставляются места в читальном зале, оборудованные программами не визуального доступа к информации, экранными увеличителями и техническими средствами усиления остаточного зрения: Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная лупа; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранный диктор; Microsoft Windows 7, Центр специальных возможностей, Экранная клавиатура; экранная лупа OneLoupe; речевой синтезатор «Голос».

12.Лист регистрации изменений

№ п/п	Содержание изменения	Реквизиты документа об утверждении изменения	Дата введения изменения