

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ ИМ. ПРОФ. М.А. БОНЧ-БРУЕВИЧА»  
(СПбГУТ)**

**АРХАНГЕЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ  
ИМ. Б.Л. РОЗИНГА (ФИЛИАЛ) СПбГУТ  
(АКТ (ф) СПбГУТ)**

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебной работе  
\_\_\_\_\_ М.А. Цыганкова  
31 03 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.11 СПОСОБЫ ПОИСКА РАБОТЫ, РЕКОМЕНДАЦИИ ПО  
ТРУДОУСТРОЙСТВУ, ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ**

по специальности:

11.02.18 Системы радиосвязи, мобильной связи и  
телерадиовещания

г. Архангельск  
2025

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 11.02.18 Системы радиосвязи, мобильной связи и телерадиовещания, примерной основной образовательной программы по специальности 11.02.18 Системы радиосвязи, мобильной связи и телерадиовещания и в соответствии с учебным планом по специальности 11.02.18 Системы радиосвязи, мобильной связи и телерадиовещания.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена Почтовой связи и общепрофессиональных дисциплин

Протокол № 7 от 31.03 2025 г.

Председатель Рубашнева Ю.В. Рубашнева

Составитель:

М.К. Подгайная, преподаватель первой квалификационной категории АКТ (ф) СПбГУТ.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                          |                    |            |    |
|------------------------------------------|--------------------|------------|----|
| 1 ОБЩАЯ                                  | ХАРАКТЕРИСТИКА     | РАБОЧЕЙ    | 4  |
| ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ             |                    |            |    |
| 2 СТРУКТУРА                              | И                  | СОДЕРЖАНИЕ | 5  |
| ДИСЦИПЛИНЫ                               |                    |            |    |
| 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ           | УЧЕБНОЙ            |            | 9  |
| ДИСЦИПЛИНЫ                               |                    |            |    |
| 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ | УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ |            | 12 |

# **1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.11. СПОСОБЫ ПОИСКА РАБОТЫ, РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРУДОУСТРОЙСТВУ, ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ**

## **1.1 Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Учебная дисциплина «Способы поиска работы, рекомендации по трудоустройству, планирование карьеры» является вариативной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 11.02.18 Системы радиосвязи, мобильной связи и телерадиовещания.

## **1.2 Планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК | Умения                                                                                                                                                                                   | Знания                                                                                                                                 |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 03 – ОК 09 | Анализировать эффективные методы и приёмы самопрезентации;<br>анализировать потребности рынка труда и конкретных работодателей;<br>составлять поисковые письма,<br>автобиографию, резюме | Права и обязанности молодых специалистов;<br>пошаговую технологию поиска работы;<br>факторы, влияющие на выбор и успешный поиск работы |

## **2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

| <b>Вид учебной работы</b>                                            | <b>Объем часов</b> |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>            | <b>41</b>          |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                        | <b>6</b>           |
| <b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b> | <b>35</b>          |
| <b>в том числе:</b>                                                  |                    |
| теоретическое обучение                                               | 33                 |
| итоговое занятие                                                     | 2                  |
| <b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>   |                    |

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.11. СПОСОБЫ ПОИСКА РАБОТЫ, РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ТРУДОУСТРОЙСТВУ, ПЛАНИРОВАНИЕ КАРЬЕРЫ

| Наименование разделов и тем                       | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                            | Объем часов | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел 1. Способы поиска работы</b>            |                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>4</b>    |                                                                       |
| <b>Тема 1. Рынок труда</b>                        | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                  | <b>4</b>    | ОК 03 – ОК 09                                                         |
|                                                   | 1 Рынок труда: понятие, функции, элементы. Виды и сегменты рынка труда. Конкуренция на рынке труда.                                                                                                                                                                   | 2           |                                                                       |
|                                                   | 2 Структура рабочих мест и структура занятости в регионе. Государственное регулирование занятости. Регулирование процессов в сфере труда и занятости в Архангельской области                                                                                          | 2           |                                                                       |
| <b>Раздел 2. Трудоустройство</b>                  |                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>35</b>   |                                                                       |
| <b>Тема 2.1 Теория и практика трудоустройства</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                  | <b>19</b>   | ОК 03 – ОК 09                                                         |
|                                                   | 1 Правовые основы трудоустройства. Нормативно-правовая база регулирования трудоустройства на работу. Трудовой договор. Гражданско-правовой договор. Коллективный договор и соглашения.                                                                                | 4           |                                                                       |
|                                                   | 2 Трудовой договор – основа взаимодействия работодателя и работника. Понятие, стороны и значение трудового договора. Содержание трудового договора, порядок заключения. Изменение и прекращение трудового договора. «Социальный пакет» как система трудовых гарантий. | 2           |                                                                       |

|                                            |                                                         |                                                                                                                                                                                                                               |          |                      |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------|
|                                            | 3                                                       | Виды и способы поиска работы. Понятие скрытого рынка вакансий. «Подводные камни» поиска работы. Техника оценки предложения о работе. Технология поиска работы: самомаркетинг, самоменеджмент на рынке труда.                  | 2        |                      |
|                                            | 4                                                       | Особенности устройства на работу. Психологические и практические трудности и ошибки, возникающие при устройстве на работу. Характеристика работодателей: типы, психология. Этапы устройства на работу.                        | 2        |                      |
|                                            | 5                                                       | Правила составления резюме. Виды резюме, особенности, способы подачи. Самопрезентация при трудоустройстве.                                                                                                                    | 3        |                      |
|                                            | 6                                                       | Тестирование и анкетирование при приеме на работу. Цели анкетирования и тестирования. Основные правила заполнения анкет. Виды тестов, их применение в трудоустройстве. Анализ итогов тестирования как стимул к саморазвитию.  | 2        |                      |
|                                            | 7                                                       | Правила поведения в ходе собеседования. Этапы эффективной подготовки к собеседованию с работодателем. Наиболее часто задаваемые вопросы в ходе интервью. Причины отказа при устройстве на работу. Имидж трудоустраивающегося/ | 2        |                      |
|                                            | 8                                                       | Заявление о приеме на работу. Заполнение анкеты при приеме на работу. Испытательный срок.                                                                                                                                     | 2        |                      |
|                                            | <b>Самостоятельная работа обучающихся №1</b>            |                                                                                                                                                                                                                               | 2        |                      |
|                                            | Составление памятки новому сотруднику о трудовых правах |                                                                                                                                                                                                                               | 2        |                      |
| <b>Тема 2.2 Адаптация на рабочем месте</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                    |                                                                                                                                                                                                                               | <b>6</b> | <b>ОК 03 – ОК 09</b> |
|                                            | 1                                                       | Адаптация на рабочем месте работника.<br>Конкурентоспособность личности и специалиста.                                                                                                                                        | 2        |                      |

|                               |                                                                      |                                                                                                                                                                                          |    |               |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------|
|                               |                                                                      | Теория ролей Роберта Квина. Теория командных ролей Р.М. Белбина. Понятие харизмы. Теории лидерства.                                                                                      |    |               |
|                               | 2                                                                    | Деловое общение. Техника речи и ораторское мастерство. Типы собеседников                                                                                                                 | 2  |               |
|                               | 3                                                                    | Правила ведения телефонных переговоров. Деловая переписка                                                                                                                                | 2  |               |
| Тема 2.3 Планирование карьеры | Содержание учебного материала                                        |                                                                                                                                                                                          | 4  | ОК 03 – ОК 09 |
|                               | 1                                                                    | Понятие карьеры. Подходы к типологизации карьеры. Виды карьеры: вертикальная, горизонтальная, диагональная, центростремительная. Карьерные кризисы. Этапы карьеры. Планирование карьеры. | 2  |               |
|                               | 2                                                                    | Постановка карьерных целей и задач. Инструменты управления временем. Способы развития компетенций. Самообразование и повышение квалификации как условия карьерного роста.                | 2  |               |
|                               | Самостоятельная работа обучающихся №2                                |                                                                                                                                                                                          | 2  |               |
|                               | Составление списка компетенций, необходимых для выбранной профессии  |                                                                                                                                                                                          | 2  |               |
|                               | Самостоятельная работа обучающихся №3                                |                                                                                                                                                                                          | 2  |               |
|                               | Подготовка презентации по теме «Перспектива профессионального роста» |                                                                                                                                                                                          | 2  |               |
|                               |                                                                      |                                                                                                                                                                                          |    |               |
| Итоговое занятие              |                                                                      |                                                                                                                                                                                          | 2  | ОК 03 – ОК 09 |
| Всего:                        |                                                                      |                                                                                                                                                                                          | 41 |               |



### **3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1 Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет социально-гуманитарных дисциплин, оснащенный оборудованием и техническими средствами обучения: стол одностумбовый – 1 шт., стол журнальный – 1 шт.; стол классный – 12 шт., стол письменный – 4 шт., стул жесткий – 30 шт.; доска классная – 1 шт., шкаф 2-х створчатый – 1 шт., шкаф книжный – 1 шт.

#### **3.2 Информационное обеспечение реализации программы**

##### **3.2.1. Основные печатные и электронные издания:**

1. Российская Федерация. Законы. Трудовой кодекс РФ от 30.12.2001 №197-ФЗ: ред.08.08.2024 : принят Государственной думой 21.12.2001г : одобрен Советом Федерации 26.12.2001 г. - [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_34683/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_34683/).

2. Багдасарян, В. Э. Лидерство : учебник / В.Э. Багдасарян. — Москва : ИНФРА-М, 2025. — 339 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/1086964. - ISBN 978-5-16-020238-9. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2116859> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

3. Басай, О. Г. Карьера: из минуса в плюс : как полюбить свою профессиональную нестандартность и найти ресурс в атипичной карьере : руководство для тех, кому сложно самореализоваться из-за постоянных перемен : научно-популярное издание / О. Г. Басай. - 2-е изд. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2024. - 202 с. - ISBN 978-5-394-05817-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2133543> – Режим доступа: по подписке.

4. Бороздина, Г. В. Психология делового общения : учебник / Г.В. Бороздина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 320 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-015397-1. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1862638> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

5. Добрина, Н. А. Резюме, характеристика, рекомендация : как подготовить правильно и быстро / Н.А. Добрина, И.В. Мустафина. — Москва : РИОР : ИНФРА-М, 2024. — 128 с. — (Просто, кратко, быстро). - ISBN 978-5-369-01076-1. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2107416> – Режим доступа: по подписке.

6. Кошечая, И. П. Профессиональная этика и психология делового общения : учебное пособие / И.П. Кошечая, А.А. Канке. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2024. — 304 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0739-9. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2082174> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

7. Кошман, М. Карьера без границ : Как стать свободнее и смелее идти своим путём : практическое руководство / М. Кошман. - Москва : Альпина ПРО, 2022. - 124 с. - ISBN 978-5-907470-84-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2138399> – Режим доступа: по подписке..

8. Трудовое право : учебник / под ред. канд. юрид. наук, доц. С.Н. Ерёминой, канд. юрид. наук Е.А. Степановой. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 331 с. — (Среднее профессиональное образование). — DOI 10.12737/1908962. - ISBN 978-5-16-018061-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1908962> – Режим доступа: по подписке.

9. Управление персоналом организации: современные технологии : учебник / С.И. Сотникова, Е.В. Маслов, Н.Н. Абакумова [и др.] ; под ред. С.И. Сотниковой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 513 с. — (Высшее образование: Бакалавриат). — DOI 10.12737/textbook\_5bed839113b498.63715965. - ISBN 978-5-16-014117-6. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2126946> – Режим доступа: по подписке.

10. Шувалова, И. А. Трудовые права работников : научно-практическое пособие / И.А. Шувалова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2022. — 195 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс]. — (Юридическая консультация). — DOI 10.12737/1850658. - ISBN 978-5-16-017383-2. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1850658> – Режим доступа: по подписке.

### **3.2.2. Дополнительные источники:**

1. Дейнека, А. В. Управление персоналом организации : учебник / А. В. Дейнека. - 4-е изд., стер. - Москва : Дашков и К, 2023. - 288 с. - ISBN 978-5-394-05433-4. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2084835> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

2. Кибанов, А. Я. Управление персоналом организации : учебник / под ред. А. Я. Кибанова. — 4-е изд., доп. и перераб. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 695 с. — (Высшее образование). - ISBN 978-5-16-019770-8. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2136701> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

3. Коваadlo, Л. Я. Культура письменной и устной русской речи. Деловое письмо : практическое пособие / Л.Я. Коваadlo. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2021. — 401 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-00091-722-0. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1567549> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

4. Паудяль, Н. Ю. Культура речи и деловое общение : учебное пособие / Н.Ю. Паудяль, Л.В. Филиндаш ; под общ. ред. Л.В. Филиндаш. — Москва : ИНФРА-М, 2023. — 526 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-017750-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1871923> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

### **3.2.3. Интернет-ресурсы:**

1. Справочно-информационная система «Консультант плюс» - <https://www.consultant.ru>
2. Справочно-правовая система «Гарант» - <https://www.garant.ru>
3. РОСТРУД Федеральная служба по труду и занятости. - [https://rostrud.gov.ru/rostrud/deyatelnost/?CAT\\_ID=16185](https://rostrud.gov.ru/rostrud/deyatelnost/?CAT_ID=16185)
4. РОСТРУД. Межрегиональная территориальная государственная инспекция труда в Архангельской области и Ненецком автономном округе. - <https://git29.rostrud.gov.ru/>
5. Федеральная служба государственной статистики.- <https://rosstat.gov.ru/>
6. ГКУ АО «Архангельский областной центр занятости и населения» <https://aoczn.ru>

#### 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Методы оценки                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- права и обязанности молодых специалистов;</li> <li>- пошаговую технологию поиска работы;</li> <li>- факторы, влияющие на выбор и успешный поиск работы</li> </ul>                                                | <p>Характеристики демонстрируемых знаний:</p> <p>Грамотно выступает с сообщениями.</p> <p>Владеет понятиями учебной дисциплины и применяет их адекватно ситуации.</p> <p>Демонстрирует знания о правах и обязанностях молодых специалистов.</p> <p>Демонстрирует знания в пошаговой технологии поиска работы и факторах, влияющих на выбор.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– тестирование;</li> <li>- устное собеседование по теоретическому материалу,</li> <li>- оценка выступления с презентацией;</li> <li>– оценка результатов выполнения самостоятельной работы;</li> <li>– дифференцированный зачет</li> </ul> |
| <p>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать эффективные методы и приёмы самопрезентации;</li> <li>- анализировать потребности рынка труда и конкретных работодателей;</li> <li>- составлять поисковые письма, автобиографию, резюме</li> </ul> | <p>Характеристики демонстрируемых умений:</p> <p>Умеет обобщать, анализировать эффективные методы и приемы самопрезентации, потребности рынка труда и конкретных работодателей.</p> <p>Самостоятельно и творчески подходит к выполнению самостоятельной работы.</p> <p>Владеет навыками</p>                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– проверка и анализ презентации;</li> <li>– оценка результатов выполнения самостоятельной работы;</li> <li>– дифференцированный зачет</li> </ul>                                                                                           |

|  |                                                     |  |
|--|-----------------------------------------------------|--|
|  | составления поисковых писем, автобиографии, резюме. |  |
|--|-----------------------------------------------------|--|