
УТВЕРЖДЕНА

Решением Ученого совета
АНО ВО «Центральный университет»
«25» мая 2026 г.
Протокол № 2

**Рабочая программа дисциплины (модуля)
«Управление карьерой (Mock Interview)»**

Направление подготовки: 02.04.01 Математика и компьютерные науки

Направленность (профиль) подготовки: Программная инженерия

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Форма обучения: очная

Срок освоения программы: 2 года

Год набора: 2026

**Москва
2026**

Содержание

1. Краткая характеристика дисциплины (модуля)	3
2. Перечень планируемых результатов обучения.....	3
3. Тематический план.....	7
4. Содержание дисциплины (модуля).....	7
5. Учебно-методическое обеспечение	8
6. Материально-техническое обеспечение	8
7. Методические и оценочные материалы	10

1. Краткая характеристика дисциплины (модуля)

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Управление карьерой (Mock Interview)» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению 02.04.01 Математика и компьютерные науки, профиль Программная инженерия, утвержденный приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации № 810 от 23.08.2017 года.

Изучение дисциплины (модуля) «Управление карьерой (Mock Interview)» позволяет сформировать практические навыки построения карьерной траектории, подготовки к трудоустройству и успешного прохождения отбора на вакансии в условиях конкурентной среды.

Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Настоящая дисциплина (модуль) включена в учебный план по программе подготовки магистратуры по направлению 02.04.01 Математика и компьютерные науки, профиль Программная инженерия и входит в вариативную часть Блока 1, формируемую участниками образовательных отношений как дисциплина по выбору. Дисциплина (модуль) доступна к изучению на 1 курсе во 2 семестре.

Цель изучения дисциплины (модуля): подготовить обучающихся способность осознанно управлять карьерой, эффективно представлять свои компетенции и успешно проходить все этапы отбора при поиске работы, включая подготовку документов, самопрезентацию и прохождение интервью.

Задачи изучения дисциплины (модуля):

- освоить принципы построения индивидуальной карьерной траектории и этапов профессионального роста;
- изучить особенности современного рынка труда и требования работодателей к кандидатам;
- научиться создавать и адаптировать резюме, портфолио и самопрезентацию под конкретные вакансии;
- отработать навыки прохождения собеседований в формате mock interview с получением обратной связи;
- развить умение анализировать профессиональный опыт и уверенно позиционировать себя на рынке труда.

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен:

знать:

- принципы построения карьерной траектории и основные этапы профессионального развития;
- особенности функционирования современного рынка труда, требования работодателей и критерии оценки кандидатов;
- подходы к подготовке профессиональных материалов для трудоустройства (резюме, портфолио, самопрезентации) и прохождению этапов отбора.

уметь:

- определять карьерные цели и формировать индивидуальную стратегию профессионального развития;
- разрабатывать конкурентоспособные материалы для поиска работы, включая резюме, портфолио и самопрезентацию, с учетом требований конкретных вакансий;
- эффективно проходить этапы трудоустройства, включая подготовку к собеседованиям и взаимодействие с работодателями.

владеть:

- навыками анализа собственного профессионального опыта и его

- позиционирования на рынке труда;
- навыками преодоления психологических барьеров, препятствующих профессиональному развитию и поиску работы;
 - навыками последовательного сопровождения процесса трудоустройства: от постановки карьерной цели и поиска вакансий до получения предложения о работе (оффера).

2. Перечень планируемых результатов обучения

Компетенции, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) при проведении учебных занятий в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками Университета и в форме самостоятельной работы обучающихся:

Компетенция	Содержание компетенции	Индикатор компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)
УК-6.	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1.	Знает основные методы самооценки и анализа своей деятельности, а также принципы управления временем и целеполагания
		УК-6.2.	Умеет ставить реалистичные и достижимые цели, определять приоритеты в своей деятельности, а также разрабатывать и внедрять планы по совершенствованию своих навыков и компетенций на основе полученной самооценки
		УК-6.3.	Имеет практический опыт применения методов самооценки в своей профессиональной деятельности, включая участие в тренингах, семинарах и проектах, направленных на развитие личной эффективности и профессионального роста
ОПК-1.	Способен находить, формулировать и решать актуальные и значимые проблемы прикладной и компьютерной математики	ОПК-1.1.	Знает основные методы и подходы к решению задач прикладной и компьютерной математики, включая алгоритмы, математическое моделирование и теорию оптимизации, а также современные инструменты и технологии, используемые в этой области
		ОПК-1.2.	Умеет анализировать и формулировать математические задачи, применять соответствующие методы и алгоритмы для их решения, а также интерпретировать и представлять результаты в понятной и доступной форме
		ОПК-1.3.	Имеет практический опыт работы над проектами или исследованиями в области прикладной и компьютерной математики, включая участие в конкурсах, олимпиадах или научных публикациях, где были решены актуальные и значимые задачи
ПК-1.	Способен определять общие формы и закономерности области программной инженерии	ПК-1.1.	Знает основные теоретические концепции и принципы, относящиеся к области программной инженерии, а также ключевые закономерности и модели, которые помогают в анализе и интерпретации данных
		ПК-1.2.	Умеет проводить систематический анализ области программной инженерии, выявлять и формулировать

			общие закономерности и тенденции, а также применять методы исследования для получения новых знаний и понимания
		ПК-1.3.	Имеет практический опыт работы в области программной инженерии, включая участие в научных проектах, исследованиях или практических заданиях, где были выявлены и описаны общие формы и закономерности
ПК-3.	Способен решать задачи профессиональной деятельности, формулировать результат, увидеть следствия полученного результата	ПК-3.1.	Знает основные принципы и методы решения задач профессиональной деятельности, а также способы формулирования и представления результатов, включая анализ последствий и их значимость в контексте проекта
		ПК-3.2.	Умеет применять математические и компьютерные методы для решения конкретных задач, формулировать четкие и обоснованные результаты, а также анализировать их последствия для дальнейших действий и решений
		ПК-3.3.	Имеет практический опыт в решении профессиональных задач, включая участие в проектах, где были получены результаты и проанализированы их следствия, что способствовало принятию обоснованных решений
ПК-6	Способен разрабатывать программное обеспечение для решения прикладных задач в сфере профессиональной деятельности	ПК-6.1.	Знает основные языки программирования, методы разработки программного обеспечения, а также принципы проектирования и архитектуры программных систем, применяемых в конкретной предметной области
		ПК-6.2.	Умеет анализировать прикладные задачи, разрабатывать алгоритмы и реализовывать их в виде программного обеспечения, используя современные инструменты и технологии, а также проводить тестирование и отладку созданных решений
		ПК-6.3.	Имеет практический опыт разработки программного обеспечения в рамках реальных проектов, включая участие в командах, где были успешно реализованы решения для конкретных прикладных задач в сфере профессиональной деятельности

3. Тематический план

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Трудоемкость, академические часы				ТКУ (текущий контроль успеваемости)
		Очная форма				
		Аудиторная работа		Контроль	Самостояте льная работа	
		Лекции	Семинары (практичес кие занятия)			
1	Подготовка к поиску работы	10			23	Домашние задания
2	Прохождение собеседований	10			23	Домашние задания
3	Адаптация и развитие в компании	10			23	Домашние задания
4	Управление карьерными переходами	4			11	Домашние задания
	Зачет					
Итого:		34			80	
Объем дисциплины (модуля) (в ак. ч.)		114				
Объем дисциплины (модуля) (в зач. ед.)		3				

4. Содержание дисциплины (модуля)

№п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Содержание дисциплины (модуля) по темам
1	Подготовка к поиску работы	Резюме с высокой конверсией Мотивационные и сопроводительные письма Личный бренд Нетворкинг: практика рукопожатий
2	Прохождение собеседований	Как пройти HR-интервью «Прожарка» резюме и HR-собеседования «Прожарка» технического собеседования Спиддейтинг
3	Адаптация и развитие в компании	Испытательный срок. Увольнения Переговоры о зарплате на входе и при повышении. Подготовка к ревью Конфликты в корпорации
4	Управление карьерными переходами	Увольнение

5. Учебно-методическое обеспечение

Университет располагает полным набором лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, включая продукты отечественного производства.

Каждый студент в течение всего периода обучения получает индивидуальный неограниченный доступ к электронно-библиотечной системе и электронной информационно-образовательной среде университета. Эти системы предоставляют возможность доступа к ресурсам из любой точки, где есть подключение к сети Интернет, как на территории университета, так и за его пределами.

Студентам обеспечен удаленный доступ к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам.

Основная литература:

1. Елисеева, Л. Я. Педагогика и психология планирования карьеры : учебник для среднего профессионального образования / Л. Я. Елисеева. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 242 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11411-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598959>.

2. Шнейдер, Л. Б. Психология карьеры : учебник и практикум для вузов / Л. Б. Шнейдер, З. С. Акбиева, О. П. Цариценцева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 187 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06900-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/586239>.

Дополнительная литература:

1. Справься со стрессом: Управление сильными эмоциями в тяжелые моменты : научно-популярное издание / Ш. Ван Дейк, М. Маккей, Д. Вуд [и др.]. - Москва : Альпина Паблишер, 2025. - 144 с. - ISBN 978-5-9614-9986-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2228031>.

2. Паддикомб, Э. Медитация и осознанность: 10 минут в день, которые приведут ваши мысли в порядок : практическое руководство / Э. Паддикомб. - Москва : Альпина нон-фикшн, 2026. - 336 с. - ISBN 978-5-91671-286-5. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/2233439>.

6. Материально-техническое обеспечение

Университет располагает материально-технической базой, соответствующей действующим противопожарным правилам и нормам и обеспечивающей проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работ обучающихся, предусмотренных учебным планом.

Помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского (практического) типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Изучение дисциплины (модуля) обеспечивается в учебных аудиториях, оснащенных:

- столами и стульями;
- компьютерной техникой;
- механическими калькуляторами;

— специализированным оборудованием, включая демонстрационное оборудование.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, в том числе приспособленные для использования инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья, оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Университета.

Обучающимся предоставляется доступ (в том числе удаленный) к ресурсам информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», электронным ресурсам (в том числе электронным библиотечным системам, современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам):

№	Наименование портала (издания, курса, документа)	Ссылка
1.	Научная электронная библиотека elibrary.ru библиотека	https://elibrary.ru/defaultx.asp
2.	База данных для IT-специалистов	https://habr.com
3.	База данных ScienceDirect	https://www.sciencedirect.com
4.	Официальный сайт Министерства науки и высшего образования Российской Федерации	https://minobrnauki.gov.ru/
5.	Федеральный портал «Российское образование»	https://www.edu.ru/
6.	Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"	http://window.edu.ru/
7.	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов	http://school-collection.edu.ru/
8.	Федеральный центр информационно - образовательных ресурсов	http://fcior.edu.ru/

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), в том числе комплект лицензионного программного обеспечения, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Наименование ПО	Производство	Лицензионное / свободно распространяемое
Операционные системы:		
Microsoft Imagine (Windows Client, Server)	зарубежное	лицензионное
Браузеры:		
Яндекс.Браузер	отечественное	свободно распространяемое
Google Chrome	зарубежное	свободно распространяемое
Офисные приложения:		
Microsoft Imagine (Visio, OneNote)	зарубежное	лицензионное
TeXstudio	зарубежное	свободно распространяемое
Adobe Acrobat Reader	зарубежное	свободно распространяемое
Программное обеспечение для планирования и учета времени:		
Toggle app	зарубежное	свободно распространяемое
Системы управления проектами:		
Microsoft Imagine (Project)	зарубежное	лицензионное
Системы управления базами данных:		
Microsoft Imagine (SQL Server)	зарубежное	лицензионное
Системы резервного копирования (backup):		
Acronis Backup Advanced for HyperV	зарубежное	лицензионное
Справочно-правовые системы:		

КонсультантПлюс: справочно-правовая система	отечественное	лицензионное
Средства антивирусной защиты:		
Kaspersky Endpoint Security для бизнеса Стандартный Russian Edition	отечественное	лицензионное
Среды разработки:		
Visual Studio Code	зарубежное	свободно распространяемое
Bash (Unix shell)	зарубежное	свободно распространяемое
Anaconda	зарубежное	свободно распространяемое
Robotic Operating System	зарубежное	свободно распространяемое
CopelliaSim	зарубежное	свободно распространяемое
Google Colaboratory	зарубежное	свободно распространяемое
Пакеты программных средств и библиотек:		
AutoPsy	зарубежное	свободно распространяемое
Interactive Disassembler (IDA)	зарубежное	свободно распространяемое
Системы управления библиографической информацией:		
Zotero	зарубежное	свободно распространяемое
Сервисы и службы:		
Bind	зарубежное	свободно распространяемое
Docker	зарубежное	свободно распространяемое

7. Методические и оценочные материалы

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

В процессе изучения дисциплины (модуля) «Управление карьерой (Mock Interview)» в рамках текущего контроля успеваемости используются такие виды учебной работы как лекции, домашние задания, а также различные виды самостоятельной работы обучающихся по заданию преподавателя, направленные на развитие навыков профессиональной лексики, закрепление практических профессиональных компетенций, поощрение инициатив.

Лекция – систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем учебного материала, как правило, теоретического характера.

В процессе лекций рекомендуется вести конспект лекций: кратко и схематично фиксировать основные идеи, выводы и обобщения лекции; выделять важные мысли, ключевые слова и термины. Необходимо отметить вопросы или материалы, которые вызывают затруднения, и попытаться найти ответы в рекомендованной литературе. Если разобраться в материале не удастся, следует сформулировать вопрос и задать его преподавателю на консультации или во время семинарского (практического) занятия.

Домашнее задание – набор задач по темам недели.

При работе над домашними заданиями важно внимательно ознакомиться с требованиями и сроками выполнения. Рекомендуется разбивать задания на этапы, чтобы избежать перегрузки и лучше усвоить материал, использовать различные источники информации, включая учебники и онлайн-ресурсы, для более глубокого понимания темы.

Самостоятельная работа – работа студентов, направленная на углубленное изучение отдельных тем и вопросов учебной дисциплины (модуля).

В процессе самостоятельной работы студенты взаимодействуют с рекомендованными материалами при минимальном участии преподавателя. Задачи студента включают работу с конспектами лекций (обработка текста), повторное изучение учебных материалов планов и тезисов ответов, изучение дополнительных тем, выполнение учебно-исследовательских заданий и другое.

Система оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Критерии получения уровня и оценивания сформированности компетенций по дисциплине (модулю) «Управление карьерой (Mock Interview)»

Оценивание уровня учебных достижений обучающихся по дисциплине (модулю) осуществляется в виде текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю) осуществляется в форме **зачета**, при этом проводится оценка компетенций, сформированных по дисциплине.

Для оценивания текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации используется десятибалльная шкала оценивания, которая соотносится с традиционной пятибалльной шкалой следующим образом, если иное не указано в силлабусе дисциплины:

Десятибалльная оценка	Пятибалльная оценка	Оценка за зачет	Общая характеристика результата обучения по дисциплине (модулю)
10	Отлично	Зачтено	Студент полностью владеет знаниями, изложенными в рабочей программе, и глубоко осмысляет дисциплину. Он самостоятельно и логически последовательно отвечает на все вопросы, акцентируя внимание на наиболее важном. Умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделяя ключевые моменты и устанавливая причинно-следственные связи. Четко формулирует ответы, уверенно интерпретирует результаты анализов и других исследований, а также решает сложные задачи. Студент хорошо знаком с методами исследования, необходимыми для практической деятельности, и умеет связывать теоретические аспекты дисциплины (модуля) с практическими задачами.
9	Отлично	Зачтено	
8	Отлично	Зачтено	
7	Хорошо	Зачтено	Студент обладает знаниями предмета почти в полном объеме рабочей программы и самостоятельно, логически последовательно и всесторонне отвечает на все вопросы, акцентируя внимание на наиболее значимых моментах. Он умеет анализировать, сравнивать, классифицировать, обобщать, конкретизировать и систематизировать изученный материал, выделяя его ключевые аспекты и устанавливая причинно-следственные связи. Формулирует свои ответы, уверенно интерпретирует результаты анализов и других исследований, а также решает сложные ситуационные задачи. Студент хорошо знаком с методами исследования, необходимыми для практической деятельности, и умеет связывать теоретические аспекты
6	Хорошо	Зачтено	

Десятибалльная оценка	Пятибалльная оценка	Оценка за зачет	Общая характеристика результата обучения по дисциплине (модулю)
			предмета с практическими задачами.
5	Удовлетворительно	Зачтено	Студент обладает базовыми знаниями по дисциплине, но испытывает трудности при самостоятельных ответах и использует неточные формулировки. В ходе ответов он допускает ошибки, касающиеся сути вопросов. Студент способен решать только самые простые задачи и владеет лишь минимальным набором методов исследования.
4	Удовлетворительно	Зачтено	
3	Не сдан	Не зачтено	Студент не овладел обязательным минимумом знаний по предмету и не может ответить на вопросы, даже если преподаватель задает дополнительные наводящие вопросы.

Дисциплина (модуль) «Управление карьерой (Mock Interview)» оценивается следующим образом:

Активность	Вес	Количество	Описание
Домашние задания	100%	4	Набор задач по темам недели

Формула расчёта итоговой оценки по дисциплине (модулю) «Управление карьерой (Mock Interview)»: $\langle 1 \times \text{среднее за домашние задания} \rangle$.

Текущий контроль успеваемости обучающихся по дисциплине (модулю)

Примерные домашние задания

Домашнее задание 1. Подготовка к поиску работы

- Создайте или обновите своё резюме в формате PDF, адаптированное под целевую вакансию. Убедитесь, что оно:
 - содержит ключевые навыки,
 - использует глаголы действия,
 - укладывается в 1–2 страницы.
- Напишите сопроводительное письмо для конкретной вакансии:
 - объясните, почему вы хотите работать в этой компании,
 - покажите соответствие вашей экспертизы требованиям.
- Составьте профиль личного бренда (в тексте или в формате карточки):
 - Кто вы профессионально?
 - Какие у вас сильные стороны?
 - Чем вы отличаетесь?
- Подготовьте 30-секундную самопрезентацию («elevator pitch») для использования в нетворкинге.

Домашнее задание 2. Прохождение собеседований

- Подготовьте ответы на 5 типовых HR-вопросов:
 - «Расскажите о себе»
 - «Почему мы должны вас нанять?»
 - «Ваши сильные и слабые стороны»
 - «Опишите конфликт и как вы его решили»

- «Куда вы видите себя через 5 лет?»
2. Запишите видео (1–2 мин) с ответом на вопрос «Расскажите о себе» — для разбора на занятии.
 3. Пройдите симуляцию технического интервью (с коллегой или на камеру):
 - ответьте на 2 профессиональных вопроса по вашей специальности,
 - продемонстрируйте структурированность и ясность изложения.
 4. Участвуйте в сессии спиддейтинга: проведите 3 коротких интервью (по 5 мин) — как кандидат и как интервьюер.

Домашнее задание 3. Адаптация и развитие в компании

1. Составьте план адаптации на первые 30/60/90 дней на новой работе. Включите: знакомство с командой, изучение процессов, постановку целей.
2. Подготовьтесь к переговорам о зарплате:
 - найдите рыночные данные по вашей позиции,
 - составьте аргументы за повышение (на основе достижений).
3. Напишите ответ на гипотетический конфликт с коллегой:
 - опишите ситуацию,
 - предложите конструктивный способ разрешения.

Домашнее задание 4. Управление карьерными переходами

1. Подготовьте чек-лист выхода из компании:
 - передача задач,
 - прощальные сообщения,
 - сохранение контактов.
2. Напишите шаблон выходного интервью (внутреннее или с HR):
 - что вы оставите позитивным,
 - что можно улучшить.
3. Составьте план следующего карьерного шага:
 - желаемая роль,
 - компетенции для развития,
 - источники поиска вакансий.

Задания для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

№ п/п	Задание	Ответ	Компетенция
1.	Напишите, как называется краткое профессиональное представление себя.	самопрезентация / elevator pitch	УК-6
2.	Укажите, какой раздел резюме содержит перечень навыков и компетенций.	навыки / skills	УК-6
3.	Напишите, как называется письмо, сопровождающее резюме при отклике на вакансию.	сопроводительное письмо	УК-6
4.	Укажите, как называется процесс установления профессиональных контактов.	нетворкинг	УК-6
5.	Напишите, какое качество описывает умение вести конструктивный диалог в конфликте.	коммуникабельность / эмоциональный интеллект	ОПК-1

6.	Укажите, как называется короткое интервью длительностью 5–10 минут.	спиддейтинг	ОПК-1
7.	Напишите, как называется период проверки компетенций нового сотрудника.	испытательный срок	ОПК-1
8.	Укажите, как называется предложение о работе от работодателя.	оффер	ОПК-1
9.	Напишите, как называется профессиональный образ специалиста в глазах рынка.	личный бренд	ПК-1
10.	Укажите, какой тип вопроса проверяет поведение в прошлом: "Расскажите о конфликте".	поведенческий вопрос	ПК-1
11.	Напишите, как называется встреча для обсуждения результатов работы.	ревью / performance review	ПК-1
12.	Укажите, как называется документ, фиксирующий опыт и достижения кандидата.	резюме	ПК-1
13.	Напишите, как называется тактика в переговорах: начать с высокой цифры.	анкеринг	ПК-3
14.	Укажите, как называется увольнение по инициативе работника.	уход по собственному желанию	ПК-3
15.	Напишите, как называется структура ответа на поведенческий вопрос: Ситуация — Задача — Действие — Результат.	STAR	ПК-3
16.	Укажите, как называется собеседование, проверяющее технические навыки.	техническое интервью	ПК-3
17.	Напишите, как называется рекрутер, проводящий первичное интервью.	HR-специалист / рекрутер	ПК-6
18.	Укажите, как называется ситуация, когда сотрудник чувствует эмоциональное выгорание.	выгорание / burnout	ПК-6
19.	Напишите, как называется процесс подготовки к возможным вопросам на собеседовании.	прокачка / прожарка	ПК-6
20.	Укажите, как называется профессиональная сеть LinkedIn.	профессиональная соцсеть	ПК-6