Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлова Людмила Станиславовна

Должность: и.о. проректора по образовательной деятельности

Дата подписания: 16.10.2025 16:38:29 Уникальный программный ключ:

d1b168d67b4d7601372f8158b54869a0a60b0a21 министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»

Утверждаю:

Проректор по ОДиМП

Сердитова Н.Е.

«01» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)

«Инновационные практики развития профессиональной карьеры»

для направлений бакалавриата и специалитета для студентов всех курсов всех форм обучения

Составители:

Директор НОЦ «Профкарьера» Арсеньева Т.Н., ведущий психолог НОЦ «Профкарьера» Соколов А.А.

#### I. Аннотация

#### 1. Цель и задачи дисциплины

**Целью** освоения дисциплины является формирование универсальных навыков построения карьерного развития.

Задачами освоения дисциплины являются:

- Формирование представлений студентов о своём пути карьерного развития в вузе, добровольчестве/волонтёрстве, рейтинговой системе обучения, особенностях бакалавриата, магистратуры и специалитета.
- Обозначении роли карьерного планирования и добровольческой деятельности в личностном и профессиональном развитии.
- Формирование следующих компетенций:
- о способность осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде;
- способность осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации;
- способность управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина предназначена для первокурсников, является факультативной и предполагает актуализацию знаний о будущей профессии, полученных в вузе в ходе изучения дисциплины «Введение в профессию», а также умений, приобретенных в ходе освоения общеобразовательных программ в школе.

**3. Объем дисциплины:** 2 зачетных единицы, 72 академических часа, **в том** числе:

# контактная аудиторная работа:

практические занятия – 15 часов.

самостоятельная работа: 57 часов.

# 4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-3. Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовать свою роль в команде	УК-3.1. Определяет свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения поставленной цели
	УК-3.2. При реализации своей роли в социальном взаимодействии и командной работе учитывает особенности поведения и интересы других участников;
	УК-3.3. Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и строит продуктивное взаимодействие с учетом этого;
	УК-3.4. Осуществляет обмен информацией, знаниями и опытом с членами команды; оценивает идеи других членов команды для достижения поставленной цели;
	УК-3.5. Соблюдает нормы и установленные правила командной работы; несет личную ответственность за результат.
УК-4. Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации	УК-4.1. Выбирает стиль общения на русском языке в зависимости от цели и условий партнерства; адаптирует речь, стиль общения и язык жестов к ситуациям взаимодействия;  УК-4.2. Ведет деловую переписку на русском языке с учетом особенностей стилистики официальных и неофициальных писем;
	УК-4.5. Публично выступает на русском языке, строит свое выступление с учетом аудитории и цели общения
УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей;
образования в течение всей жизни	УК 6.2. Определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста
	УК-6.3. Оценивает требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста

УК-6.4	Строит	профессио	нальную	карьеру	И
определ		стратегию	профес	сионально	ΟГО
развити	Я				

- **5.** Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения дифференцированный зачёт во 2 семестре.
- 6. Язык преподавания русский.

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

		Контактная работа (час.)		Самостоя-
Учебная программа – наименование	Всего	Лекции	Практические	тельная
разделов и тем	(час.)		(лабораторные)	работа
			занятия	(час.)
1. Адаптационный тренинг	4	-	4	-
1.1. Навыки эффективного знакомства и самопрезентации.	1	-	1	-
1.2. Понятие «команда». Особенности работы в команде.	2	-	2	-
1.3. Творческий подход в решении задач. Понятие «Рефлексия». Важность обратной связи в совместной работе.	1	-	1	-
2. Особенности обучения и взаимодействия в классическом университете.	15	-	3	12
2.1. Адаптация студентов младших курсов к условиям обучения в вузе.	8	-	2	6
2.2. Самостоятельная работа студента как основная форма личностного саморазвития и профессионального самосовершенствования.	7	-	1	6
3. Общественная жизнь.	14	-	4	10
3.1. Направления студенческой жизни и адаптация к ним.	7	-	2	5
3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.	7	-	2	5

4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»	19	-	2	17
4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.	6	-	1	5
4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.	6	-	1	5
4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.	7	-	2	5
5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.	20	-	2	18
ИТОГО	72	0	15	57

# **III. Образовательные технологии**

Учебная программа – наименование разделов и тем	Вид занятия	Образовательны е технологии
1. Адаптационный тренинг		
1.1. Навыки эффективного знакомства и самопрезентации.	Практическое занятие, самостоятельная работа	Тренинг
1.2. Понятие «команда». Особенности работы в команде.	Практическое занятие, самостоятельная работа	Тренинг
1.3. Творческий подход в решении задач. Понятие «Рефлексия». Важность обратной связи в совместной работе.	Практическое занятие, самостоятельная работа	Тренинг
2. Особенности обучения и взаимодействия в классическом университете.	•	
2.1. Адаптация студентов младших курсов к условиям обучения в вузе.	Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие	Лекция-беседа, Тестирование, Тренинг

карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, практическое занятие, самостоятельная Протфолио	2.2. Самостоятельная работа студента как	Лекция,	Лекция-беседа,
профессионального самосовершенствования.   работа, практическое занятие	• •	самостоятельная	Тренинг
3. Общественная жизнь.  3.1. Направления студенческой жизни и адаптация к ним.  3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  3. Лекция, самостоятельная работа Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа Лекция Протфолио	профессионального самосовершенствования.	· ·	
3.1. Направления студенческой жизни и адаптация к ним.       Лекция, самостоятельная работа, практическое заиятие       Лекция, Самостоятельная работа, практическое заиятие         3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.       Лекция, самостоятельная работа, практическое заиятие       Лекция, Самостоятельная работа, практическое заиятие         4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»       Лекция, практическое заиятие       Тренинг, Лекция-беседа, Тестирование         4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.       Лекция, практическое заиятие, самостоятельная работа       Лекция, Пренинг, Лекция-беседа, Тренинг         4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Пренинг, Карьерное планирование         4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.       Лекция, Пренинг, Карьерное планирование       Лекция, Пренинг, Карьерное планирование         5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.       Лекция, Прекция, Карьерное планирование, Карьерное планирование, Самостоятельная работа       Лекция, Карьерное планирование, Карьерное планирование, Самостоятельная		практическое	
З.1. Направления студенческой жизни и адаптация к ним.   Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие   Лекция, практическое занятие   Пенинг   Пенинг   Пенинг   Пенинг   Пенинг   Пенинг   Пенинг   Пенинг   Пекция, практическое занятие   Пекция   Пек		занятие	
адаптация к ним.  3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  4.3. Методы и технологии планирования карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры.  Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  Самостоятельная работа  Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  Тренинг, Карьерное планирование самостоятельная работа  Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Пренинг, Карьерное планирование самостоятельная работа  Лекция, Прекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Пренинг, Карьерное планирование, практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Прекция, Прекция, Протфолио	3. Общественная жизнь.		
3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  3.2. Добровольчество и его роль в развитии Пекция, практическое занятие  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4. Понятие «профессиональная карьера» и практическое занятие, самостоятельная работа  4. Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные практическое занятие, самостоятельная работа  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерное планировании и практическое занятие, самостоятельная работа  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  В работа от технологии планирования карьеры. Практическое занятие, самостоятельная работа  В работа от технологии планирования карьеры. Практическое занятие, самостоятельная работа  Текция, Пренинг, Карьерное планирование, Протфолио	3.1. Направления студенческой жизни и	Лекция,	Лекция-беседа,
работа, практическое занятие   Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие   Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие   Декция, самостоятельная работа, практическое занятие   Декция, самостоятельная работа, практическое занятие   Декция, самостоятельная работа   Декция, самостоятельная   Декция, самостоятельна	адаптация к ним.	самостоятельная	Тестирование
3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьерное портфолио.  3. Декция, самостоятельная работа практическое занятие, самостоятельная работа практическое планирование практическое занятие, самостоятельная работа практическое занятие, самостоятельная работа практическое планирование, практическое занятие, самостоятельная работа практическое занятие, самостоятельная практическое занятие, самостоятельная работа практическое занятие, самостоятельная работа практическое занятие практическое занятие практическое занятие практическое занятие практическое заня		работа,	
3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.       Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие       Лекция, Самостоятельная работа, практическое занятие         4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»       Илекция, практическое занятие       Тренинг, Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа         4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа         4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Пренинг         4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры. Профессиональной карьеры.       Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Пренинг, Карьерное планирование         5. Методы и технологии планирования карьерыс портфолио.       Лекция, Практическое занятие, самостоятельная       Лекция, Претфолио		-	
профессиональной карьеры.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьерыь. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные занятие самостоятельная работа на практическое занятие, самостоятельная работа на практическое планирование на практическое занятие, самостоятельная работа на практическое занятие, самостоятельная работа на практическое планирование, протфолио			
4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные анятие, самостоятельная работа и декция, практическое занятие, самостоятельная работа и технологии планирования карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  6. Методы и технологии планирования карьеры. Самостоятельная работа и технологии планирования карьерное планирование, Самостоятельная (протфолио)			
4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьерное портфолио.  1 Пекция, практическое занятие, самостоятельная работа практическое занятие, самостоятельная работа планировании карьерное плание самостоятельная работа практическое занятие, самостоятельная работа планирование планирование планирование планирование планирование планирование планирование, протфолио	профессиональной карьеры.		Тренинг
4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»  4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные планирование карьерное планирование карьерное планирование, Протфолио		•	
4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Тренинг, Лекция-беседа, Тестирование         4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Пренинг         4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Карьерное планирование         5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.       Лекция, Практическое занятие, самостоятельная самостоятельная самостоятельная на работа       Лекция, Карьерное планирование планирование, Протфолио		_	
шаги»       4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция-беседа, Тестирование         4.2. Современная ситуация на рынке труда.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция-беседа, Тренинг         4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция-беседа, Тренинг, Карьерное планирование         5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.       Лекция, Практическое занятие, самостоятельная       Лекция-беседа, Карьерное планирование, практическое занятие, самостоятельная	A Мотирационни й тренинг «Перрие кариерине	занятис	
4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция-беседа, Тестирование         4.2. Современная ситуация на рынке труда.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция-беседа, Тренинг         4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция-беседа, Тренинг         5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.       Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа       Лекция, Протфолио			
актуальность её планирования с первого курса обучения.  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  1 практическое занятие, самостоятельная работа  3 Лекция, Практическое занятие, самостоятельная работа  3 Лекция-беседа, Тренинг  4.3. Место целей жизни в планировании практическое занятие, самостоятельная работа  5 Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  1 Протфолио  1 Практическое занятие, самостоятельная практическое занятие, самостоятельная Протфолио		п	T
обучения.  3анятие, самостоятельная работа  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  3анятие, самостоятельная работа  7екция, Прекция-беседа, Тренинг, Карьерное планирование карьерное планирования карьеры.  7екция, Прекция-беседа, Карьерное планирование карьерное планирование, Самостоятельная Самостоятельная Протфолио		•	
самостоятельная работа  4.2. Современная ситуация на рынке труда. Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  Самостоятельная работа  Лекция, практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, Карьерное планирования карьеры.  Лекция, Пренинг, Карьерное планирование карьерное планирование, Самостоятельная Протфолио	7 7		
4.2. Современная ситуация на рынке труда.Лекция, практическое занятие, самостоятельная работаЛекция-беседа, Тренинг4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.Лекция, практическое занятие, самостоятельная работаЛекция-беседа, Тренинг, Карьерное планирование5. Методы и технологии планирования карьеры.Лекция, самостоятельная работаЛекция, планирование5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.Лекция, практическое занятие, самостоятельнаяЛекция-беседа, Карьерное планирование, планирование, Протфолио	обучения.	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	тестирование
4.2. Современная ситуация на рынке труда.Лекция, практическое занятие, самостоятельная работаЛекция, тренингЛекция-беседа, Тренинг4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.Лекция, практическое занятие, самостоятельная работаЛекция-беседа, Карьерное планирование5. Методы и технологии планирования карьеры.Лекция, практическое занятие, практическое занятие, самостоятельнаяЛекция, Карьерное планирование5. Методы и технологии планирования карьеры. портфолио.Лекция, практическое занятие, самостоятельнаяЛекция-беседа, Карьерное планирование, планирование, Протфолио			
Наиболее востребованные специальности и компетенции.  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  1 практическое занятие, самостоятельная работа  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  1 практическое занятие, самостоятельная практическое занятие, самостоятельная Протфолио	4.2. Современная ситуация на рынке труда.		Лекция-беседа,
компетенции.  3анятие, самостоятельная работа  4.3. Место целей жизни в планировании карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  3анятие, самостоятельная работа  Лекция, Карьерное планирования карьеры. Лекция, Прекция, Прекция, Карьерное практическое занятие, самостоятельная Протфолио			
4.3. Место целей жизни в планированииЛекция, Практическое занятие, самостоятельная профессиональной карьеры.Лекция, Тренинг, Карьерное планированиеЛекция-беседа, Тренинг, Карьерное планирование5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.Лекция, практическое занятие, самостоятельнаяЛекция-беседа, Карьерное планирование, планирование, Протфолио	-	_	1
4.3. Место целей жизни в планированииЛекция, практическое занятие, самостоятельная работаЛекция-беседа, Тренинг, Карьерное планирование5. Методы и технологии планирования карьеры.Лекция, практическое занятие, планированиеЛекция, карьерное планирование5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.Лекция, практическое занятие, самостоятельнаяЛекция-беседа, Карьерное планирование, Протфолио	Komite tengini.	самостоятельная	
карьеры. Типы и стадии развития профессиональной карьеры.  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  практическое занятие, самостоятельная работа  Лекция, практическое занятие, самостоятельная Протфолио		работа	
профессиональной карьеры.  3анятие, самостоятельная работа  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  3анятие, самостоятельная Протфолио  3анятие, самостоятельная Протфолио	4.3. Место целей жизни в планировании	-	Лекция-беседа,
самостоятельная работа  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  Самостоятельная работа  Лекция, Прекция, Прекция-беседа, Карьерное планирование, самостоятельная Протфолио	карьеры. Типы и стадии развития	_	Тренинг,
самостоятельная работа  5. Методы и технологии планирования карьеры. Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  Самостоятельная работа  Лекция, Лекция-беседа, практическое занятие, самостоятельная Протфолио	профессиональной карьеры.		Карьерное
5. Методы и технологии планирования карьеры.       Лекция,       Лекция,         Составление карьерного плана и карьерное портфолио.       практическое занятие, самостоятельная       планирование, Протфолио			
Составление карьерного плана и карьерное портфолио.  портфолио.  практическое занятие, планирование, самостоятельная Протфолио	5 Maria wa wa manaya	•	Помуула базата
портфолио. занятие, планирование, самостоятельная Протфолио		-	1
самостоятельная Протфолио		_	
	портфолио.		-
		работа	протфолно

# IV. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

- 1) Рекомендуемая литература
- а) Основная литература
- 1. Инновационные практики профессионального развития студентов классического университета: Учебно-методическое пособие / Под ред. В.В. Семикина,
- Т.Н. Арсеньевой Тверь, 2010.

- 2. Основы учебно-профессиональной деятельности студентов классического
- университета. Учебно-методическое пособие. Тверь, 2004.
- б) Дополнительная литература
- 1. Личная эффективность: Учебное пособие / Шалунова М. М.:Альпина Пабл., 2016. Режим доступа: http://znanium.com/catalog/product/914158
- 2. Семь навыков высокоэффективных людей: Мощные инструменты развития

личности / Кови С., - 9-е изд. - М.: Альпина Пабл., 2016. - Режим доступа: http://znanium.com/catalog/product/923768

- 3. Павловская, И. А. Планирование карьеры: курс лекций / И. А. Павловская. Владикавказ: Владикавказский институт управления, 2010. 142 с. Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/57834.html.
- 4. Психологические основы учебной работы преподавателя классического университета: Вып.1. Психологические особенности работы преподавателя со студентами-первокурсниками: Практическое пособие. Тверь: «Золотая буква», 2005.
- 2) Программное обеспечение Офисный пакет приложений Microsoft Office.
- 3) Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы
- 1. Репозитарий ТвГУ: http://eprints.tversu.ru
- 2. ЭБС «ZNANIUM.COM»: www.znanium.com
- 3. ЭБС IPRbooks: http://www.iprbookshop.ru/
- 4. Электронно-библиотечная система ТвГУ: http://megapro.tversu.ru/megapro/Web
- 4) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины
- 1. AИС «Молодёжь России»: https://myrosmol.ru/

- 2. Блог / FutureToday вакансии, работа для студентов: http://fut.ru/blog/
- 3. Все о технологии трудоустройства / Портал PHYSCAREER.RU: https://www.physcareer.ru/trud/
- 4. ЕИС «Добровольцы России»: добровольцыроссии.рф
- 5. Журнал iGraduate: http://www.igraduate.ru/
- 6. Профкарьера. Py: http://www.profcareer.ru
- 7. Центр содействия трудоустройству молодёжи при ТвГУ: http://cstm.tversu.ru/
- 8. ЦТР «Гуманитарные технологии». Профориентация: кем стать? http://www.proforientator.ru

#### V. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины

Методические материалы, необходимые для выполнения заданий, указаны в следующей книге, которую можно найти в Научной библиотеке ТвГУ:

1. Инновационные практики профессионального развития студентов классического университета: Учебно-методическое пособие / Под ред. В.В. Семикина, Т.Н. Арсеньевой – Тверь, 2010.

# VI. Материально-техническое обеспечение

Для аудиторной работы

Тверская обл., г.	Набор учебной мебели, мультимедийный комплекс (доска, проектор, панель управления, переносной ноутбук).
Ауд. 201а	Набор учебной мебели, доска маркерная,
(компьютерная	компьютер, сервер (системный блок),
лаборатория ПМиК)	концентратор сетевой.
(170002, Тверская	
обл., г. Тверь, пер.	
Садовый, д. 35)	

Для самостоятельной работы

Ауд. 201а	Набор учебной мебели, доска маркерная,
(компьютерная	компьютер, сервер (системный блок),
лаборатория ПМиК)	концентратор сетевой.
(170002, Тверская	

|--|

# VII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№п.п.	Обновленный раздел рабочей	Описание внесенных	Реквизиты документа,
	программы дисциплины	изменений	утвердившего
			изменения
1.			
2.			