

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.

Тверь, 2021

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/волонтерстве, рейтинговой системе обучения, особенностях бакалавриата, магистратуры и специалитета.
- Обозначении роли карьерного планирования и добровольческой деятельности в личностном и профессиональном развитии.
- Формирование следующих компетенций:
 - 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 образования в течение всей жизни	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей; 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 профессиональную карьеру и определяет стратегию профессионального развития
--	--

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

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практические (лабораторные) занятия	
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

2.2. Самостоятельная работа студента как основная форма личностного саморазвития и профессионального самосовершенствования.	Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие	Лекция-беседа, Тренинг
3. Общественная жизнь.		
3.1. Направления студенческой жизни и адаптация к ним.	Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие	Лекция-беседа, Тестирование
3.2. Добровольчество и его роль в развитии профессиональной карьеры.	Лекция, самостоятельная работа, практическое занятие	Лекция-беседа, Тренинг
4. Мотивационный тренинг «Первые карьерные шаги»		
4.1. Понятие «профессиональная карьера» и актуальность её планирования с первого курса обучения.	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-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 работа	Лекция-беседа, Карьерное планирование, Протфолио

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. Репозиторий 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. АИС «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](http://dobrovolcyrosсии.рф)
5. Журнал iGraduate: <http://www.igraduate.ru/>
6. Профкарьера.Ру: <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

Ауд. 212 (170002, Тверская обл., г. Тверь, пер. Садовый, д. 35)	Набор учебной мебели, мультимедийный комплекс (доска, проектор, панель управления, переносной ноутбук).
Ауд. 201а (компьютерная лаборатория ПМиК) (170002, Тверская обл., г. Тверь, пер. Садовый, д. 35)	Набор учебной мебели, доска маркерная, компьютер, сервер (системный блок), концентратор сетевой.

Для самостоятельной работы

Ауд. 201а (компьютерная лаборатория ПМиК) (170002, Тверская обл., г. Тверь, пер. Садовый, д. 35)	Набор учебной мебели, доска маркерная, компьютер, сервер (системный блок), концентратор сетевой.
--	--

обл., г. Тверь, пер. Садовый, д. 35)	
---	--

VII. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

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