

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Томский государственный педагогический университет»  
(ТГПУ)**

**УТВЕРЖДАЮ**

**Декан ФПСО**

**О.В. Каракулова**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Профессиональное самоопределение педагога**

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность (профили): Физическая культура и Дополнительное образование

Форма обучения: очная

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) утверждена на заседании кафедры социальной педагогики «01» сентября 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) одобрена учебно-методической комиссией факультета «01» сентября 2025 г.

**1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ (ОП)**

|                   |                                                                                         |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| Цикл (раздел) ОП: | ФТД                                                                                     |
| 1.1               | Дисциплины (модули) и практики, содержательно связанные с данной дисциплиной (модулем): |

**2. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОП**

| Код и наименование компетенции                                                                                                                   | Код и наименование индикатора достижения компетенций                                                                                                                                                                                                                                | Планируемые результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде                                                         | ИУК-3.1 Демонстрирует способность работать в команде, проявляет лидерские качества и умения<br>ИУК-3.2 Демонстрирует способность эффективного речевого и социального взаимодействия, в том числе с различными организациями                                                         | <b>Знать:</b><br>- нормы и правила командной работы, нести личную ответственность за результат работы.<br><b>Уметь:</b><br>- определять свою роль в социальном взаимодействии и командной работе, исходя из стратегии сотрудничества для достижения цели, обмениваться информацией, знаниями, опытом для достижения поставленной цели.<br><b>Владеть:</b><br>- формами продуктивного взаимодействия в коллективе.                                                                                                                 |
| УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни | ИУК-6.1 Оценивает личностные ресурсы по достижению целей саморазвития и управления своим временем на основе принципов образования в течение всей жизни<br>ИУК-6.2 Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при реализации траектории саморазвития | <b>Знать:</b><br>- требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста.<br><b>Уметь:</b><br>- определять приоритеты собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста, конкретных задач.<br>- определять стратегию собственного профессионального развития на основе принципов образования в течение всей жизни.<br><b>Владеть:</b><br>- инструментами и методами управления собственным временем при выполнении конкретных задач. |

**3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ И ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ)**

| № п/п                                                                                                                                                   | Наименование разделов и тем /вид занятия/                                                                                                                                                                                                                                                                   | Семестр | Всего часов | ПП |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------|----|
| <b>Раздел 1. Общая характеристика саморазвития</b>                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |             |    |
| 1.1                                                                                                                                                     | 1. Понятие о развитии.<br>2. Сущность саморазвития, его основные характеристики.<br>3. Саморазвитие и жизненный путь личности.<br>4. Требования рынка труда и предложения образовательных услуг для выстраивания траектории собственного профессионального роста.<br>5. Формы и механизмы саморазвития /Пр/ | 1       | 4           | —  |
| <b>Раздел 2. Общая характеристика профессионально- личностного самоопределения. Основные составляющие профессионально- личностного самоопределения.</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |             |    |
| 2.1                                                                                                                                                     | 1.Характеристика профессионально-личностного самоопределения.<br>2.Самопознание. Общая характеристика самопознания. Самопознание как структурный компонент самосознания человека. Сферы и области самопознания.<br>3.Самопонимание. Общая характеристика самопонимания /Пр/                                 | 1       | 6           | —  |
| <b>Раздел 3. Профессиональное саморазвитие и самоопределение педагога</b>                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |         |             |    |

|                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |    |   |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|---|
| 3.1                                                           | 1.Характеристика профессионально-личностного самоопределения.<br>2.Самопознание. Общая характеристика самопознания. Самопознание как структурный компонент самосознания человека. Сферы и области самопознания.<br>3.Самопонимание. Общая характеристика самопонимания /Пр/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1 | 2  | – |
| 3.2                                                           | 1. Введение в социальное проектирование<br>2. Социальный проект и особенности социально-ориентированного проектирования.<br>3. Выявление актуальных социальных проблем и разработка социального проекта<br>4. Ресурсное обеспечение социального проекта<br>5. Планирование социального проекта: методы реализации, инструменты проектной деятельности и ожидаемые результаты.<br>6. Разработка и защита паспорта проекта<br>7. Подведение итогов и рефлексия деятельности /Пр/                                                                                                                                                    | 1 | 2  | – |
| 3.3                                                           | 1.Психологические особенности профессионального саморазвития педагога.<br>2.Психологические особенности профессионального самоопределения педагога.<br>3.Барьеры саморазвития и самоопределения.<br>4.Психолого-педагогическая поддержка профессионального саморазвития. Адаптация молодых специалистов к сложившейся среде. Профилактика профессионального выгорания.<br>5.Формы продуктивного взаимодействия в коллективе, роль коллектива в самоопределении саморазвитии человека как личности и профессионала.<br>6. Способы профилактики негативных тенденций в коллективе в разрезе профессионального самоопределения. /Ср/ | 1 | 30 | – |
| <b>Раздел 4. Практикум по саморазвитию и самоопределению.</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |    |   |
| 4.1                                                           | 1. Определение программы профессионально-личностного саморазвития /Ср/                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1 | 28 | – |

Примечание: ПП – практическая подготовка.

#### 4. ТРУДОЁМКОСТЬ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ФОРМАМ КОНТРОЛЯ

Объем в зачетных единицах: 2 з.е., в академических часах: 72 акад. час.

Формы контроля в семестрах:

**зачеты 1**

| Вид занятий            | Распределение по семестрам (в академических часах) |          |           |          |           |          |           |          |
|------------------------|----------------------------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|----------|
|                        | Итого                                              |          |           |          | 1         |          |           |          |
|                        | РУП                                                |          | РПД       |          | РУП       |          | РПД       |          |
|                        | Всего                                              | ПП       | Всего     | ПП       | Всего     | ПП       | Всего     | ПП       |
| Практические занятия   | 14                                                 | –        | 14        | –        | 14        | –        | 14        | –        |
| Самостоятельная работа | 58                                                 | –        | 58        | –        | 58        | –        | 58        | –        |
| <b>Итого часов</b>     | <b>72</b>                                          | <b>–</b> | <b>72</b> | <b>–</b> | <b>72</b> | <b>–</b> | <b>72</b> | <b>–</b> |

#### 5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

##### 5.1. Учебная литература \*

| № п/п | Автор(ы), составитель(и)                      | Заглавие                                                                                                                                                                                                                                                                    | Издательство, год, количество страниц                                   |
|-------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Белякова Е. Г.                                | Профессиональный путь педагога : механизмы, модели, сценарии : механизмы, модели, сценарии : учебное пособие : электронный ресурс ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=571916">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=571916</a> ) | Тюмень: Изд-во Тюменского государственного университета, 2017. – 152 с. |
| 2     | Усманов В. В., Слесарев Ю. В., Марусева И. В. | Профессиональная педагогика : учебное пособие : электронный ресурс ( <a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=474292">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_red&amp;id=474292</a> )                                                                | Москва ; Берлин: Директ-Медиа, 2017. – 295 с.                           |
| 3     | Басов Н. Ф., Басова В. М., Кравченко А. Н.    | Социальный педагог : введение в профессию: учебное пособие для вузов                                                                                                                                                                                                        | Москва: Академия, 2007. – 251, [1] с.                                   |

##### 5.2. Перечень электронных образовательных ресурсов, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для освоения учебной дисциплины (модуля) \*

|   |                                                                                                                                                                                                                                       |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | 1. Построение жизненных и профессиональных перспектив. 2. Определение программы профессионально-личностного саморазвития. ( <a href="http://ibooks.ru/reading.php?productid=28910">http://ibooks.ru/reading.php?productid=28910</a> ) |
| 2 | Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU ( <a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a> )                                                                                                                                |
| 3 | <a href="https://elibrary.ru/">https://elibrary.ru/</a> ( <a href="https://libserv.tspu.edu.ru/">https://libserv.tspu.edu.ru/</a> )                                                                                                   |
| 4 | Научная педагогическая электронная библиотека ( <a href="http://www.elib.gnpbu.ru/">http://www.elib.gnpbu.ru/</a> )                                                                                                                   |

### **5.3. Перечень программного обеспечения (лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в т.ч. отечественного производства), используемого при осуществлении образовательного процесса по учебной дисциплине (модулю)**

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Офисный пакет Microsoft Office<br>Проприетарное (коммерческое) программное обеспечение на базе операционной системы Windows, включающее текстовый процессор Word, табличный процессор Excel, программу подготовки презентаций PowerPoint и систему управления базами данных Access. |
| 2 | Стандартный офисный пакет<br>Свободно распространяемое и/или проприетарное (коммерческое) программное обеспечение, включающее текстовый процессор, табличный процессор, программу подготовки презентаций.                                                                           |

\* Примечание к разделу.

Дата обращения к электронным учебным изданиям (включая электронные издания из электронных библиотечных систем), электронным образовательным ресурсам, современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы учебной дисциплины (модуля).

## **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА, НЕОБХОДИМАЯ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

6.1. Учебная аудитория для проведения:

- занятий семинарского (практического) типа,
- групповых и индивидуальных консультаций,
- текущего контроля и промежуточной аттестации.

**ОСНАЩЕНИЕ:**

Учебная аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории, для проведения занятий лекционного типа, практических занятий (семинарского типа), курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации. Для проведения занятий лекционного типа обучающимся предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации.

6.2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся.

**ОСНАЩЕНИЕ:**

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные учебной мебелью. Рабочие места обучающихся оборудованы компьютерной техникой и подключены в локальную вычислительную сеть, в т.ч. с использованием беспроводного Wi-Fi подключения, с возможностью выхода в глобальную сеть Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду.

**ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:**

Комплект свободно распространяемого программного обеспечения или проприетарного (коммерческого) программного обеспечения, включая

- браузер,
- просмотрщики pdf- и djvu-файлов,
- офисный пакет (в т.ч. текстовый процессор, табличный процессор, программа подготовки презентаций).

6.3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

## **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **7.1. Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)**

Практические занятия лучше начинать после прочтения лекционного материала. На практических занятиях акцент необходимо делать на анализе достижений современной психологии малой группы, отработке основных ее научных понятий и категорий.

На занятиях обеспечивается рост сложности выполняемых заданий, что ведет к переживанию собственного успеха в учении и положительно мотивирует студента. Напротив, "топтание на месте" снижает уровень мотивации. Таким образом, студент должен продвигаться от успеха к успеху, от достижения к достижению посредством использования как разных форм занятий, так и самостоятельной работы до, во время и после занятий.

Разновидностью практических занятий является тренинг. Как система регулярных упражнений, направленная на развитие определенных способностей, умений и навыков или их совершенствование, тренинг требует соответствующей подготовки и ответственного отношения со стороны каждого студента. Поэтому подготовка к тренингу, как к любому практическому занятию, включает:

1)восстановление в памяти теоретических основ, согласно заявленной теме (прочитать лекцию или материал в учебнике, в рекомендованном литературном источнике);

2)знакомство, если это необходимо, со справочной или другой учебной литературой;

3)выполнение требуемых заданий.

В этой связи рекомендуется:

1. Посещать все практические занятия. Это залог успешного освоения программного курса в целом и грамотной организации самостоятельной работы. Любой семинар или практическое занятие воспринимать как уникальную возможность овладеть знаниями, полезными навыками, необходимой профессиональной техникой.

2. Приучить себя заранее готовиться к занятиям.

3. При подготовке к практическому занятию необходимо:

☐ проанализировать тему, продумать вопросы, главные проблемы, которые вынесены для коллективного обсуждения;

☐ прочитать (если есть) лекцию по рассматриваемой проблеме;

☐ изучить рекомендованную литературу;

☐ выработать свою собственную систему записи при работе с литературными источниками;

☐ сделать краткие выписки в тетрадь (цитаты, примеры, основные положения);

☐ особо выделить собственное мнение, которое сложилось в процессе самостоятельной подготовки и аргументы его обосновывающие;

11.Оценочные средства для проведения аттестации

#### **8. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

Представлены в Приложении.

Рабочая программа учебной дисциплины (модуля) составлена в соответствии с учебным планом, федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Разработчик(и) рабочей программы учебной дисциплины (модуля):

*Дозморова Елена Владимировна, к.п.н., доцент*

*Лыба Алла Анатольевна, старший преподаватель*

**ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО  
КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**Профессиональное самоопределение педагога**

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профили): Физическая культура и Дополнительное образование

Форма обучения: очная