

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**Государственное автономное учреждение Амурской области**  
**«Детский оздоровительный лагерь «Колосок»**  
**Центр выявления и поддержки одарённых детей «Вега»**

---

Программа рекомендована к  
реализации Экспертным советом  
ЦВПОД «Вега»

Протокол заседания  
от «24» января 2020 г.  
№ 1

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор ГАУ ДОЛ «Колосок»  
/В.В. Доля/  
(Ф.И.О.)  
(подпись)

20 20 г.



Дополнительная образовательная программа  
«Пять шагов к осознанному выбору профессии»  
(с применением дистанционных образовательных технологий)

Направленность: социально-педагогическая  
Уровень программы: общеразвивающая  
Возраст обучающихся: 15-17 лет  
Срок реализации программы: 26 часов, 1 месяц.

Ф.И.О.	Должность	Дата	Подпись
Ерёмина В.В.	Председатель экспертного совета ЦВПОД «Вега»	24.01.20	
Павельчук А.В.	Зам. председателя экспертного совета ЦВПОД «Вега», по направлению «Наука»	24.01.20	
Автор: Воронина А.С	Методист ЦВПОД «Вега»	24.01.20	
Автор: Гарнага Е.А.	Педагог дополнительного образования ЦВПОД «Вега»	24.01.20	

Благовещенск 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Пояснительная записка.....	3
2	Новизна образовательной программы.....	5
3	Общая характеристика программы .....	8
3.1	Основные разделы программы.....	8
3.2	Формы организации учебных занятий.....	8
4	Ожидаемые результаты и способы определения их результативности...	9
5	Учебно-тематический план.....	9
6	Содержание программы.....	10
7	Формы аттестации и оценочные материалы.....	11
8	Организационно-педагогические условия реализации программы.....	12
9	Материально-техническое обеспечение.....	13
10	Список литературы.....	13

## 1. Пояснительная записка

Направленность программы – общеразвивающая.

Уровень программы – базовый.

Возраст обучающихся: от 15 лет до 17 лет.

Срок реализации программы: 10 дней, 26 часов.

### Нормативно-правовая база

Дополнительная образовательная программа разработана с учетом следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 03 июля 2016 г. № 313-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации в части предоставления права органам государственной власти субъектов Российской Федерации на предоставление государственной поддержки дополнительного образования детей»;

- приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30 ноября 2016 г. № 11;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 г. № 1239 «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития»;

- Концепция развития дополнительного образования, Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726

- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- «СП 59.13330.2012. Свод правил. Доступность зданий и сооружений для маломобильных групп населения. Актуализированная редакция СНиП 35-01-2001»;

- «СП 138.13330.2012. Свод правил. Общественные здания и сооружения, доступные маломобильным группам населения. Правила проектирования»;

- Приказ Минтруда России от 08.09.2015 г. № 613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минобрнауки России от 07.04.2014 г. № 276 «Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников

- организаций, осуществляющих образовательную деятельность»;
- методические рекомендации по организации образовательного процесса при сетевых формах реализации образовательных программ, письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 г. № АК-2563/05;
  - методические рекомендации по проектированию общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы), письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242;
  - рекомендации в части возможности осуществления педагогической деятельности сотрудниками, не имеющими специального педагогического образования, письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 31.05.2006 г. № 09-1300.

### **Актуальность**

Актуальность образовательной программы обусловлена изменением подходов к процессу обучения и развития личности современного школьника. Сегодня от образовательных организаций требуется формирование мотивации профессионального самоопределения и социально активной жизненной позиции школьника; формирование самостоятельности выбора деятельности обучающимися.

Помощь в выборе профессии - очень актуальная проблема как для школьников и их родителей, так и для общества в целом. Наше время требует от подростка как можно более раннего осознания своих способностей, интересов, стремления к выбору профессии. Осознанный выбор профессии играет ведущую роль в формировании личности, в социальной адаптации подростка, а, следовательно, социально значимости для общества. Правильно выбранная профессия повышает самоуверенность и позитивное представление человека о себе, усиливает удовлетворенность жизнью. Обществу нужны специалисты, которые сознательно выбрали свою профессию, способные работать творчески, самостоятельно. Чтобы подросток в будущем стал таким специалистом, ему на стадии выбора профессии нужна психологическая и педагогическая помощь.

По мнению экспертов, в том числе авторов «Концепции организационно-педагогического сопровождения профессионального самоопределения учащихся в условиях непрерывности образования» (<http://www.fadm.gov.ru/>), в условиях развивающейся экономики «все реже оказывается корректным и применимым в массовой практике традиционное понятие «выбор профессии»... более актуальной становится помощь человеку не в выборе профессии, а в поиске ресурсов для самостоятельного формирования собственного образовательно-профессионального формата, а также обучение способам использования этих ресурсов».

Данный запрос сформировал инновационный подход к профориентационной работе с молодежью, направленный на «содействие

становлению субъекта профессионального самоопределения, что предполагает формирование и развитие компетенций, необходимых человеку для самостоятельной ориентации и осуществления профессионального выбора в динамично меняющихся условиях», а именно:

1. осуществлять самостоятельный, осознанный и ответственный выбор в отношении своего образовательного и профессионального продвижения в условиях изменяющегося общества и рынка труда;

2. противостоять при этом внешним манипулятивным воздействиям;

3. ставить и корректировать адекватные ближние и дальние цели на пути своего образовательного и профессионального продвижения, проектировать свой образовательный и профессиональный (карьерный) маршрут;

4. владеть способами деятельности по реализации указанных целей;

5. при возникновении необходимости запрашивать помощь специалистов.

Таким образом, актуальность программы определяется необходимостью внедрения горизонтальных механизмов распространения инновационного подхода к профориентации и ведения просветительской работы - в проведении специализированных тематических мероприятий, направленных на формирование у участников навыков осуществления осознанного выбора и построения траекторий достижения успеха. В частности, одним из содержательных компонентов возможного индивидуального маршрута могут быть образовательные смены и мероприятия ЦВПОД «Вега» (ГАУ ДОЛ «Колосок»), которые предполагают высокий уровень мотивированности, достаточный уровень подготовленности и нацеленности на результат. Кроме того, прохождение образовательных смен ЦВПОД «Вега» может позволить ребенку сформировать или подтвердить точность своего маршрута, и при необходимости его скорректировать.

Программа ориентирована не только на формирование знаний, умений и получение практического опыта в области профессионального самоопределения, но и на разработку и организацию своего индивидуального образовательного маршрута.

## **2. Новизна образовательной программы**

Последовательность тем программы построена так, чтобы они независимо от направления деятельности учащихся отражали логику предлагаемого образовательного маршрута. При отборе содержания и видов деятельности детей в рамках реализации программы учитываются интересы и потребности самих детей, опыт внеурочной деятельности. Содержание программы отражает динамику становления и развития интересов обучающихся от увлечённости до компетентного социального и профессионального самоопределения.

Отличительной особенностью образовательной программы является акцентирование на способах расширения кругозора участников, техниках принятия решений и стратегическом планировании индивидуальной траектории развития.

Образовательный процесс строится с применением форсайт-технологий - сценарного прогнозирования социально-экономического развития: возможных вариантов развития экономики, промышленности и общества в 10-20 летней перспективе. В тренинговую часть программы интегрировано прохождение участниками лучших психологических методик определения особенностей личности и их соответствия тому или иному виду деятельности. Каждый участник получает специально разработанную карту самодиагностики, которую заполняет по мере прохождения образовательной программы, собирая в едином источнике результаты психологических методик анализа своей личности и важную информацию о мире профессий.

Психологическое сопровождение призвано помочь осуществить квалифицированный выбор участниками программы профессионального (профессионально-образовательного) направления.

В образовательной программе системно представлены четыре подхода к профориентации: информационный, диагностико-консультационный, развивающий и активизирующий.

**Педагогическая целесообразность** состоит в том, что она направлена на содействие становлению субъекта профессионального самоопределения, что предполагает формирование и развитие компетенций, необходимых человеку для самостоятельной ориентации и осуществления профессионального выбора в динамично меняющихся условиях. Особенностью образовательной программы является формирование у участников готовности к принятию на себя ответственности за все последствия своего выбора, вне зависимости от того предвидели они их заранее, или нет. Кроме того, особенностью программы является реализация воспитательной функции – формирование ценностей и мотивации, поддерживающих постоянное стремление участников самостоятельно и осознанно определять и корректировать траекторию своего будущего развития. Программа нацелена на формирование компетенций по самостоятельному принятию осознанных решений, умению формировать цели и выстраивать траектории их достижения в динамично меняющихся условиях.

**Целью программы** является создание условий для формирования у школьников представлений о своей будущей профессиональной деятельности, оказание профориентационной поддержки, помощи в раскрытии личностных особенностей, постановке целей и построении индивидуального маршрута.

**Задачи программы:**

Обучающие:

- Познакомить обучающихся с теорией множественного интеллекта Г. Гарднера;
- Способствовать развитию представления о своем типе личности и стратегиях поведения в обществе;
- Дать понятие о внутренних (психических и физических) зажимах человека;
- Обучать методам урегулирования страхов и снятия зажимов;
- Познакомить с понятием перфекционизма и его особенностями;
- Формировать представление о потребностях человека как об источнике его активности, самовыражения;
- Научить отличать потребности от желаний, помочь уяснить различия между «хочу» и «надо»;
- Раскрыть обучающимся психологическое содержание понятий «позитивное и негативное мышление»;
- Раскрыть понятия «мотивация» и «самотивация»;
- Познакомить с имеющимися техниками ежедневной самомотивации;
- Раскрыть взаимосвязь мотивов и целей;
- Познакомить с эффективными инструментами планирования и распределения времени;
- Развивающие:
  - Способствовать формированию мотивации, направленной на исследование своих ресурсных возможностей;
  - Развивать способности к осознанию своих положительных и отрицательных качеств;
  - Способствовать формированию познавательного интереса к изучению своего личностного потенциала;
  - Актуализировать потребность в развитии коммуникативных навыков;
  - Способствовать развитию умения верно ставить цели и планировать задачи по их достижению;
- Воспитательные:
  - Помочь в раскрытии личностных ресурсов, необходимых для адаптации в социуме;
  - Способствовать повышению уверенности и собственной ответственности в достижении жизненных целей;
  - Способствовать повышению уверенности в себе.
  - Способствовать развитию умения адекватно воспринимать критику и систематически не заострять внимание на мелочах;
  - Помочь в определении для себя приоритетных потребностей и ценностей.

### **3. Общая характеристика программы**

#### **Раздел 1. Самопознание как шаг к профессиональному выбору**

Ресурсы человека. Образование как ресурс. Множественный интеллект. Внутренние драконы. Выбор профессии и страхи, связанные с выбором. Я и другие. Востребованность soft-компетенций в современном мире.

#### **Раздел 2. Роль мотивации в профессиональном выборе**

Мои потребности, пирамида потребностей, потребности в основе профессий. Сила позитивного мышления. Как позитивное мышление влияет на мотивы, лайфхаки позитивного мышления, движущая сила благодарностей. Самомотивация, сила воли и мотив, «календарик-пинарик».

#### **Раздел 3. Целеполагание – этап профессионального самоопределения**

Мотив и цель, их взаимосвязь. Отличие желаний (мечты) от цели, когда желания становятся целью. Технологии постановки цели, сайты и приложения помощники. Тайм-менеджмент. «Воры времени». Способы распределять свое время. Управление временем, польза планировщиков. Прокрастинация. Польза и вред привычек

#### **Раздел 4. Осознанность выбора – шаг в профессию**

Рынок труда Амурской области. Кластеры социально-экономического развития как возможная сфера профессионального развития. Перспективы социально-экономического развития Амурской области. Рынок труда и рынок образования как цели и как ресурсы. Вариативность образовательных маршрутов. Развитие надпрофессиональных и профессиональных компетенций.

### **3.2 Формы организации учебных занятий**

Погружение в мир профессий осуществляется посредством современных технических средств через игры и сессии моделирования будущего.

Презентационные программы включают создание видео-контента, компьютерных программ, лекционных занятий по знакомству участников с данной профессией и ее перспективами в будущем, проведение игр, викторин, сессий моделирования будущего. Учебный процесс в рамках реализации программы имеет практикоориентированный характер. В современных условиях особенно важно организовать процесс обучения так, чтобы его результат проявлялся в развитии собственной внутренней мотивации, устойчивого познавательного интереса школьников, в формировании системы практически востребованных знаний и умений, что обеспечит позитивные возможности для осознанного выбора своей будущей профессии. В практико-ориентированном обучении безусловным приоритетом пользуется именно деятельность, организованная и осуществляемая с намерением получить намеченный результат. Для этого и самообучение должно быть преобразовано в специфический вид деятельности, состоящей из множества единичных операций и заданий, организованных в единое целое и направленных на достижение общей цели.



При проведении практических занятий обучающиеся работают самостоятельно.

#### 4. Формы организации учебных занятий

Форма и режим занятия. Занятия проводятся в групповой форме, включают в себя занятия по 45 минут учебного времени и 15 мин обязательный перерыв между занятиями. Единицей учебного процесса является блок уроков (раздел). Каждый такой блок охватывает отдельную содержательную компоненту или её часть. Внутри блоков разбивка по времени изучения производится педагогом самостоятельно, но с учётом рекомендованного учебно-тематического плана. Закрепление знаний проводится с помощью практики отработки умений, соответствующих минимальному уровню планируемых результатов обучения. Для практических занятий используются задания, которые носят репродуктивный и творческий характер.

#### 5. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Будут знать	Будут уметь	Форма подведения итогов
основные составляющие личностного роста (психологические, физиологические, социальные)	проектировать личную траекторию развития и профессионального роста	Диагностические методики Защита индивидуального образовательного маршрута
наиболее востребованные специальности кластеров Амурской области	формулировать и выражать свое мнение, принимать решения, проявлять социальную активность	
Способы самомотивации, целеполагания и тайм-менеджмента	Пользоваться навыками тайм-менеджмента Пользоваться навыками самопрезентации	

По итогам реализации программы у обучающихся должно быть сформировано представление об основных структурных составляющих и методах профессионального самоопределения и следующие умения и навыки:

- умение осуществлять самостоятельный, осознанный и ответственный выбор в отношении своего образовательного и профессионального продвижения в условиях изменяющегося общества и рынка труда;
- умение ставить и корректировать адекватные ближние и дальние цели на пути своего образовательного и профессионального продвижения,

проектировать свой образовательный и профессиональный (карьерный) маршрут;

- готовность к профессиональной мобильности, непрерывному образованию и самообразованию;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Ожидаемые результаты освоения программы обучающимися:

*Личностные результаты:* готовность и способность самостоятельной ориентации в мире профессий; активная личностная позиция по отношению к задачам профессионального самоопределения;

*Метапредметные результаты:* противостояния при осуществлении выбора внешним манипулятивным воздействиям, формирования и корректировки адекватных ближних и дальних целей, проектирования собственного образовательного и профессионального (карьерного) маршрута;

*Предметные результаты:* компетенции осуществления самостоятельного, осознанного и ответственного выбора в отношении своего образовательного и профессионального продвижения в условиях изменяющего общества и рынка труда.

Для **подведения итогов** реализации программы предусмотрена аттестация в форме защиты индивидуальной траектории, разработанных обучающимися.

## 5. Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Всего 0	В том числе			Форма аттестации (контроля)
			Теоретические занятия	Практические занятия		
				всего 0	в т.ч. в дистанц. форме	
1	Раздел 1. Самопознание как шаг к профессиональному у выбору	6	2	4	6	Практическая работа Карта своего «Я»
2	Раздел 2. Роль мотивации в профессиональном выборе	6	2	4	6	Практическая работа «Чемоданчик инструментов» ежедневной

						само мотивации
3	Раздел 3. Целеполагание – этап профессионального самоопределения	6	2	4	6	Дерево целей
4	Раздел 4. Осознанность выбора – шаг в профессию	6	2	4	6	Индивидуальная траектория развития
5	Итоговая аттестация	2	-	2	2	Защита индивидуальной траектории
	Итого:	26	8	18	26	

## 6. Содержание программы

### Раздел 1. Самопознание как шаг к профессиональному выбору

#### *Теоретическое занятие (2 часа).*

Ресурсы человека. Понятие внутренних ресурсов. Виды и предназначение внутренних ресурсов. Способы определения своих ресурсов и способы восполнения недостающих ресурсов. Образование как ресурс. Знания vs умения. Инструментальный подход к значимости образования. Способы подбора содержания образования под свои интересы и способности

#### *Практическое занятие (1 час).*

Множественный интеллект. Виды интеллекта, способы определения и развития. Взаимосвязь профессии и разных видов интеллекта

#### *Практическое занятие (1 час).*

Внутренние драконы. Работа со страхами, поиск причины и сущности страхов, способы работы с ними

#### *Практическое занятие (1 час).*

Выбор профессии и страхи, связанные с выбором. «Образование через всю жизнь», образовательная «пирамида», образование как рынок

#### *Практическое занятие (1 час).*

Я и другие. Понятие коммуникации и способы определения уровня ее развития, упражнения на развитие коммуникации. Востребованность soft-компетенций в современном мире.

### Раздел 2. Роль мотивации в профессиональном выборе

#### *Теоретическое занятие (2 часа).*

Мои потребности, пирамида потребностей, потребности в основе профессий. Сила позитивного мышления.

#### *Практическое занятие (1 час).*

Как позитивное мышление влияет на мотивы.

#### *Практическое занятие (1 час).*

Лайфхаки позитивного мышления, движущая сила благодарностей.

*Практическое занятие (1 час).*

Самомотивация, сила воли и мотив.

*Практическое занятие (1 час).*

«Календарик-пинарик».

**Раздел 3. Целеполагание – этап профессионального самоопределения**

*Теоретическое занятие (2 часа).*

Мотив и цель, их взаимосвязь. Отличие желаний (мечты) от цели, когда желания становятся целью. Тайм-менеджмент. «Воры времени».

*Практическое занятие (1 час).*

Технологии постановки цели, сайты и приложения помощники.

*Практическое занятие (1 час).*

Способы распределять свое время.

*Практическое занятие (1 час).*

Управление временем, польза планировщиков.

*Практическое занятие (1 час).*

Прокрастинация. Польза и вред привычек

**Раздел 4. Осознанность выбора – шаг в профессию**

*Теоретическое занятие (2 часа).*

Рынок труда Амурской области. Кластеры социально-экономического развития как возможная сфера профессионального развития.

*Практическое занятие (1 час).*

Перспективы социально-экономического развития Амурской области.

*Практическое занятие (1 час).*

Рынок труда и рынок образования как цели и как ресурсы.

*Практическое занятие (1 час).*

Вариативность образовательных маршрутов.

*Практическое занятие (1 час).*

Развитие надпрофессиональных и профессиональных компетенций.

## **7. Формы аттестации и оценочные материалы**

Форма аттестации: защита индивидуальной траектории.

Для принятия положительного решения об освоении программы необходимо полное соответствие представляемого к защите социального проекта требованиям.

Требования к представляемому на защиту социальному проекту:

Индивидуальный маршрут должен содержать следующие элементы:

1. Цель индивидуального развития 6. Задачи социального проекта. (Что необходимо сделать для достижения цели социального проекта).
2. Предполагаемые результаты индивидуального развития .
3. Перечень внутренних и внешних ресурсов для достижения индивидуальной цели.

## **8. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **Методы организации учебного процесса:**

- Вербальные: инструктаж по технике безопасности, правил поведения во время занятий, объяснение новых терминов и понятий; обсуждение, беседа, рассказ, анализ выполнения заданий, комментариев.
- Наглядные: использование иллюстраций, презентаций.
- Практические: упражнения.
- Аналитические: опрос, самоанализ теоретической и практической деятельности.

### **Формы и методы контроля:**

- Практическая работа;
- Обоснование цели и структуры индивидуального маршрута
- Презентация индивидуального маршрута

### **Характеристика учебного процесса:**

- при изучении курса используются практические работы;
- курс обучения заканчивается презентацией и защитой индивидуальных маршрутов, разработанных обучающимися за время реализации программы.

### **Формы проведения занятий**

Разъяснение теоретического материала. Может проводиться в виде представления презентации.  
Практическое освоение нового материала. Выполнение практических работ на каждом занятии под руководством педагога.

### **Практикум самопознания.**

Диагностики и анкетирование.

Групповые беседы; дискуссии.

Индивидуальные и групповые консультации.

## **9. Материально-техническое обеспечение**

Реализация программы требует наличия помещения, оборудованного видеопроекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения и экраном. Требования к специализированному оборудованию отсутствуют.

## **10. Список литературы**

### *Литература для педагогов*

1. Васильченко М., Современная профориентация: как искать дело жизни. – М.: издательская система « Ridero », 2020
2. Грецов, А. 100 популярных профессий: психология успешной карьеры для старшеклассников и студентов [Текст]/А. Грецов, Т. Бедарева.- СПб.: Питер, 2016.- 272 с.

3. Меркулова Т.В., Беглова Т.В., Тайм-менеджмент для детей или как научить школьников организовывать свое время, Москва педагогический университет «Первое сентября», 2015.
4. Пряхников Н.С. Профориентация в школе и колледже. Игры, дискуссии, задачи-упражнения. – М.: Издательский центр «Академия», 2015.
5. Чистякова С.Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников: методическое пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2016.
6. Школа будущего. Как вырастить талантливого ребенка, М.: «МИФ», 2016

### *Литература для обучающихся*

1. Атлас новых профессий. – М.: Интел-ная Литература, 2020.
2. Дмитриева К.А., Выбор профессии. – М.: Просвещение, 2017.
3. Литвак Н. Формула призвания. Семь правил выбора вуза. – М.: Альпина нон-фикшн, 2012
4. Луна Э. Между надо и хочу найди свой путь и следуй ему. – М.: «МИФ», 2019.
5. Тундалева В.С., Как выбрать профессию в 17 лет. – Ростов н /Д: Феникс, 2014.
6. Пичил Т. Не откладывай на завтра, М.: «МИФ», 2014
7. По, Ж.-О. Все, что надо знать о работе. – М.: Клевер-Медиа-Групп, 2019.

### *Интернет-ресурсы:*

- <http://www.profvibor.ru/> электронный музей профессий
- <https://mob-edu.ru/> Мобильное электронное образование.
- <https://globallab.org/ru> Глобальная школьная лаборатория.
- <http://atlas.rosminzdrav.ru/> Атлас профессий
- <http://www.5ballov.ru/universities> Вузы России
- <http://www.e-xecutive.ru/professions/> Справочник профессий