

**Комитет по образованию администрации
Энгельсского муниципального района
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр психолого-педагогического сопровождения «Позитив»**

РАССМОТРЕНА

на заседании педагогического совета
протокол от 26.05.2025 г. № 44

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора МУ ДО «Центр «Позитив»
от 24.06.2025 г. № 176

Дополнительная общеразвивающая программа

«Формула твоей профессии»

Возраст детей: 14 - 16 лет

Срок реализации: два месяца

Объем: 16 часов

Направленность: социально-гуманитарная

Аношкина Юлия Юрьевна
Заварина Анна Васильевна

г. Энгельс
2025 г.

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

Программа «Формула твоей профессии» является программой социально-гуманитарной направленности и разработана в соответствии с Положением о дополнительной общеразвивающей программе МУ ДО «Центр «Позитив», утвержденным приказом № 107 от 24.08.2020 г.

Программа направлена на оказание комплексной и разносторонней помощи подросткам в выборе профессии и приобретении конкурентоспособности на современном рынке труда, направлена на повышение уровня их информированности и компетентности в вопросах профориентации и профессионального самоопределения.

Актуальность программы «Формула твоей профессии» заключается в удовлетворении потребности подростков в профессиональном самоопределении и дальнейшей конкурентоспособности на современном рынке труда с учетом социально-экономических преобразований в стране, повышающих значимость профессиональной ориентации для подрастающего поколения, как важной части государственной политики в области занятости.

Отличительной особенностью программы является современный подход к кооперативному обучению (формирование личностной и социально – психологической компетентности обучающихся или тренинг жизненных навыков), поскольку индивидуальный маршрут обучения эффективно выбрать можно только при наличии осознанного поиска будущей профессии и представления о характере будущей работы.

Педагогическая целесообразность программы: повышение социальной компетентности подростков в вопросах выбора профессии социально– психологической компетентности в планировании предпрофильного и профильного профессионального пути.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте 14 – 16 лет,

Возрастные особенности обучающихся:

Главная потребность подростков до 14 лет – общение со сверстниками. Старший подростковый возраст (от 15 лет и далее) является переходным от подростничества к юности. Психологические, личностные изменения у подростка происходят неравномерно. Подросток заявляет о себе, как о взрослом человеке, но при этом в силу недостаточного развития некоторых личностных качеств совершает детские поступки. Среди актуальных потребностей старших подростков имеются следующие: потребность в самопознании, в самооценке, в самоопределении, в самовоспитании, в психологической и эмоциональной независимости, в достижении определенного социального статуса. Не все подростки самостоятельно могут осознать свои потребности на рациональном уровне: осуществлять рефлекссию и самоанализ им мешает незрелость собственной личности. При этом, именно в этот период появляются психологические предпосылки для

формирования мотивации самопознания, самоанализа, самообразования и воспитания качеств, необходимых для профессионального самоопределения.

Объем программы: 16 часов.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Принцип набора на обучение: свободный.

Форма организации занятий: очная.

Количество обучающихся в группе: 7-15 человек

Возможно обучение с использованием дистанционных образовательных технологий на платформах:

Skype, Сферум для проведения онлайнконференций и семинаров;

Мессенджеров Telegram и электронная почта - для обмена текстовыми и видеосообщениями.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: повышение уровня знаний подростков 14-16 лет в вопросах профориентации и создание условий для формирования умения самостоятельного профессионального самоопределения.

Задачи:

обучающие:

дать представление о рынке и содержании профессий, о требованиях предъявляемых к человеку, желающему приобрести данную специальность, условиях профессиональной подготовки и возможности трудоустройства;

познакомить с диагностическими методиками по изучению личностных особенностей, необходимых для учета при профессиональном самоопределении.

воспитательные: воспитать личностные качества: критичность, самокритичность, способность к самооценке, обеспечивающие дальнейшее успешное профессиональное самоопределение с учетом совмещения требований к профессии и имеющихся собственных способностей.

развивающие: сформировать мотивацию к самопознанию, саморазвитию и самообразованию в вопросах планирования своего профессионального пути.

1.3. Планируемые результаты

Предметные:

по ее окончанию участник программы будут:

знать следующие основные понятия: мир профессий, их рынок, представление о содержании профессий, требования, предъявляемые к человеку, желающему приобрести данную специальность, путь и условия профессиональной подготовки с учетом реальных возможностей трудоустройства;

уметь проводить самодиагностику по определению своих склонностей, способностей и особенностей для моделирования индивидуального пути предпрофильной подготовки.

Метапредметные: сформированность в ходе посещения занятий начал самоанализа, объективного и критического подхода при принятии решений в ситуации выбора.

Личностные: сформированность мотивации к самопознанию, самообразованию и планированию своего профессионального пути.

1.4. Содержание программы

1.4.1. Учебный план программы «Формула твоей профессии»

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Групповые		Форма контроля
			теория	практика	
1.	Знакомство.	2	-	2	беседа,
2.	Психологическое просвещение	6	3	3	тестирование, беседа
3.	Моделирование индивидуального пути предпрофильной подготовки	6	3	3	творческое задание, беседа
4.	Завершающий. Подведение итогов	2	-	2	беседа
Всего:		16	6	10	

1.4.2. Содержание учебного плана.

1. Первый раздел «Знакомство».

Тема: Знакомство и принятие правил работы в группе. Целеполагание.

Практика: Знакомство с целью и задачами программы, нормами и правилами общения в группе, уточнение запроса участников через активные формы, направленные на знакомство и создание эмоционально комфортной атмосферы в группе. Знакомство с индивидуальными профессиональными предпочтениями членов группы.

2. Второй раздел «Психологическое просвещение».

2.1. Тема: Свойства личности и профессиональная деятельность.

Теория: Интерактивная лекция, направленная на формирование у членов группы представления о влиянии на успешную профессиональную деятельность темперамента, характера, способностей и др. особенностей личности.

Практика: тестирование свойств личности и определение учащимся собственного темперамента (Г. Айзенк).

2.2. Тема: Классификация и рынок профессий.

Теория: Ознакомление с классификацией профессий по Климову, ознакомление учащихся с видами профессий и требованиями, которые предъявляют к личности различные группы профессий.

Практика: Активные и интерактивные формы работы, направленные на определение или уточнение интересов учащихся к различным группам профессий. Тестирование по дифференциально-диагностическому опроснику ДДО (Е.А. Климов).

2.3. Тема: Мотивы выбора профессии.

Теория: ознакомление участников с понятиями «мотивы выбора» и «личные смыслы и цели».

Практика: Активные и интерактивные формы работы, направленные на определение участниками собственных мотивов выбора профессии, акцентирование внимания на ответственности участников за свой профессиональный выбор.

3. Третий раздел «Моделирование индивидуального пути предпрофильной подготовки».

3.1. Тема: Учет требований профессии. Способности, склонности и рынок труда.

Теория: познакомить учащихся с требованиями профессии, предъявляемыми к качествам личности, а также возможностями, предоставляемыми обществом в трудоустройстве.

Практика: активные и интерактивные формы работы, направленные на обучение способам соотнесения «могу» (способности), «хочу» (склонности), «надо» (требования рынка труда).

3.2. Тема: Куда пойти учиться.

Практика: деловая игра, позволяющая по итогам разработать модель индивидуального пути предпрофильной подготовки.

3.3. Тема: Моя будущая работа.

Практика: активные и интерактивные формы работы, направленные на обучение разработке вероятного маршрута будущего трудоустройства.

4. Четвертый раздел «Завершающий».

Тема: Подведение итогов.

Практика: обсуждение личных результатов участия в программе. Итоговая процедура прощания.

1.5. Форма оценки планируемых результатов программы

Предметные результаты:

Оценка результатов обучения проводится в течение занятия ведущим методом наблюдения, а по окончании занятия - по результатам выполнения творческих заданий и тестирования методом групповой рефлексии. В оценке результатов достижений принимают участие как ведущие группы, так и сами участники: каждый персонально (самооценка) и вся группа в целом.

Метапредметные и личностные:

Участник группы по завершении обучения должен составить и представить участникам группы свое резюме и план собственного индивидуального пути предпрофессиональной и профессиональной подготовки, аргументированно его обосновывать, используя информацию, полученную на занятиях с учетом применения объективного и критического подхода.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение программы

Данная программа является общеразвивающей, социально-педагогической, сквозной, ознакомительной для подростков 14-16 лет, со сроком реализации – восемь занятий по два часа. Главный показатель – это личностный рост и повышение осведомленности в вопросах профориентации участника группы, что выявляется благодаря наблюдению ведущего и регулярной обратной связи на каждом занятии.

Педагогические технологии, применяемые при реализации программы:

- педагогика сотрудничества (переход от педагогики требования к педагогике отношений, гуманно-личностный подход к обучающемуся, единство процессов обучения и воспитания);
- личностно-ориентированная педагогика (каждый обучающийся – индивидуальность, активно действующий субъект образовательного процесса со своими особенностями, ценностями, отношением к окружающему миру, субъектным опытом);

Основные принципы, применяемые при реализации программы:

- принцип направленной социализации: содействие самоопределению подростков и молодежи в социальной среде, приобретение социального опыта путем принятия на себя различных социальных ролей.
- принцип индивидуализации: учет индивидуальных и возрастных особенностей учащихся с выбором специальных форм и методов работы.
- принцип интеграции: единство общекультурного развития, заложенного в учебном плане общеобразовательной школы, с предпрофессиональным ориентированием учащихся через программу;
- доступность;
- связь с жизнью;
- системность.

Методы обучения: словесный, наглядный, поисковый, игровой, креативный.

Занятия проходятся в тренинговой форме с применением разминок и энергизаторов.

Процессуальные упражнения: психодинамические игры, ролевые игры, эвристические игры.

Структура занятия

№ этапа занятия	Название этапа	Цель и назначение этапа	Формы работы этапа
1.	Вводная рефлексия	Приветствие. Введение в тему, подготовка к работе, целеполагание. Принятие правил работы группы. Анализ работы на предыдущих занятиях.	Беседа
2.	Разминка 1	Создание эмоционально комфортной атмосферы в группе.	Психогимнастические упражнения
3.	Основной 1	Решение задач занятия, работа по теме. Обучение основным навыкам и приемам.	Психологические игры, упражнения, тесты.
4.	Промежуточная рефлексия 1	Анализ работы на основном этапе. Закрепление полученных знаний, умений и навыков.	Беседа
5.	Разминка 2	Настрой участников для дальнейшей работы.	Психогимнастические упражнения
6.	Основной 2	Решение задач занятия, работа по теме. Обучение основным навыкам и приемам.	Психологические игры, упражнения, лекция, семинар.
7.	Заключительный	Стабилизация эмоционального состояния. Получение позитивной обратной связи от группы.	Психогимнастические упражнения
8.	Промежуточная рефлексия 2	Анализ работы на основном этапе. Закрепление полученных знаний, умений и навыков.	Беседа
9.	Итоговая рефлексия	Анализ работы по всему занятию.	Беседа

2.2. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы имеются

Материально-техническое обеспечение:

- помещение для проведения занятий с группой лиц, просторное, проветриваемое, хорошо освещенное;
- удобные стулья по количеству участников группы;
- телевизор (для показа презентаций с ноутбука);
- ноутбук с колонками для усиления звука;
- ученическая доска;
- флипчарт;
- бумага для флипчарта;
- маркеры – 3 шт., бумага для принтера – 1 пачка, картридж;
- шариковые ручки синего цвета, тетради для записей - по количеству обучающихся.

Информационно-методические и дидактический материалы:

- презентации с информационным и диагностическим материалом для занятий;
- тестовый диагностический материал на печатной основе – по количеству обучающихся;
- список литературы для самообразования обучающихся.

2.3. Оценочные материалы

Формой оценки реализации дополнительной общеразвивающей программы является мониторинг её проведения и рефлексия обучающихся по результатам проведения итогового занятия. Мониторинг реализации программы осуществляется по следующим показателям:

начальный контроль: беседа с обучающимися по определению первоначального представления о профессиональном самоопределении;

промежуточный контроль:

устная обратная связи от обучающихся по результатам каждого занятия -для оценки качества обучения;

журнал посещения занятий творческого объединения, фотографии с фрагментами выполнения заданий, проводимых на занятии -для оценки реализации содержания объема программы.

итоговый контроль: анкета обратной связи от обучающихся по завершении программы по изучению удовлетворённости качеством обучения.

2.4. Список использованной литературы для педагогов

1. Анастаси А. Психологическое тестирование: В 2 т. М., 2002.
2. Аношкина Ю.Ю., Емельянова Е.В., Тимошенко Г.В. Коррекционно - развивающая программа для подростков «Фарватер» /под ред. Е.В. Емельяновой. – СПб.: - Речь, 2010. – 284 с.
3. Аношкина Ю.Ю., Щеглова О.В., Юрасова Ю.В. Формула будущей профессии // Элективный курсы психолого-педагогического сопровождения (предпрофильная подготовка учащихся 9 классов общеобразовательной школы) / под ред. Губановой Е.В. /Министерство образования Саратовской области – ГОУ ДПО «СарИПКиПРО». – Саратов, 2005. – с.70 – 80.
4. Вилюнас В. В.К. Психологические механизмы мотивации человека. М., 2000.
5. Гайда В.К., Захаров В.П. Психологическое тестирование. Л., 2002.
6. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. – СПб.: Речь, 2018. – 312 с.
7. Игровой калейдоскоп: Методический сборник в помощь организаторам игр. – Заречный: МОУ ДОД «Детский оздоровительно-образовательный центр», 2005. – 52 с.
8. Исурина И.Г. Групповая динамика в тренинговых группах // Журнал практического психолога. 1998. №1. С. 31-44.
9. Кулагин Б.В. Основы профессиональной диагностики. Л., 2004.
10. Куртикова И., Лаврова К., Ли В. Тренинг: руководство к действию. Теория и практика. «СПИД Фонд Восток-Запад», М.: Речь, 2005. С. 143.
11. Лушпаева Е.В. Динамика рефлексивных процессов в социально-психологическом тренинге: Проблема децентрации // Вести. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1984. №4. С. 70-72.
12. Лушпаева Е.В. Развитие рефлексии в общении средствами социально-психологического тренинга: Автореф. дис.... канд. психол. наук. М., 1989.
13. Макшанов С.И. Принцип психологического тренинга // Журнал практического психолога. 1999. №3. С. 13-38.
14. Методика индивидуальной профориентации. М., 2002.
15. Новые ценности образования: культуросообразная школа. Научно-методический сборник. Вып. 11. М., 2002.
16. Поташник М.М. Как оптимизировать процесс воспитания. М., 2004.
17. Профконсультационная работа со старшеклассниками / Под ред. Б.А. Федоришина. Киев, 2000.
18. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. М.- Воронеж, 2002.
19. Психологический тренинг в группе: игры и упражнения: Учебное пособие/Авт.-сост. Бука Т.Л., Митрофанова М.Л. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 128 с.

20. Психология развивающейся личности./ Под ред. В.В.Петровского. М., 2000.
21. Руддестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. Пер. с англ./ Общ. Ред. И вступ. Ст. Л.П. Петровской. – 2-е изд. – М.: Прогресс, 1993. – 368 с.
22. Семенов В.Д. Взаимодействие школы и социальной среды. М., 2005.
23. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. М., 2004.

Список литературы для участников программы:

1. Волков С.А. Творческое призвание. Как выявить свои способности и повышать задатки. СПбГАСУ, 2000.
2. Козелецкий Ю. Человек многомерный (психологическое эссе). Киев, 2001.
3. Методика индивидуальной профориентации. М., 2002.
4. Мучински П. Психология. Профессия. Карьера. СПб., 2004.
5. Поляков В.А. Технология карьеры. М., 2005.
6. Учебные заведения г. Саратова и Саратовской области. Обзор для поступающих на 2004 – 2005 учебный год. Саратов, 2004

Календарный график

№ п/п	дата	тема занятия	кол-во часов	место проведения	форма проведени я	форма контроля
1		Знакомство, принятие правил работы в группе. Целеполагание	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	рефлексия, беседа
2		Свойства личности и профессиональная деятельность	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	тестирование, рефлексия, беседа
3		Классификация и рынок профессий	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	тестирование, рефлексия, беседа
4		Мотивы выбора профессии	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	рефлексия, беседа
5		Учет требований профессии. Способности, склонности и рынок труда	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	рефлексия, беседа
6		Куда пойти учиться	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	творческое задание, рефлексия
7		Моя будущая работа	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	творческое задание, рефлексия
8		Подведение итогов	2	МУ ДО «Центр «Позитив»	тренинг	рефлексия, беседа
		ИТОГО	16			