



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЛТАЙСКИЙ КРАЕВОЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ  
И МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»

ОБСУЖДЕНА  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 3 от 29.12.2025

УТВЕРЖДЕНА  
Директор Центра

Л.В. Домнич  
приказ от 29.12.2025 № 100-осн



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОГО НАПРАВЛЕНИЯ «СТАРТ В ПРОФЕССИЮ»**

Возраст учащихся: 12 – 15 лет

Автор-составитель:  
Сартакова Александра Владимировна,  
педагог-психолог

Срок реализации: 2 мес.

Барнаул, 2025

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Старт в профессию» является дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) модифицированной программой социально-гуманитарного направления.

### *Актуальность и перспективность программы*

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательной школы предусматривается профильное обучение, задача которого — создание в старших классах общеобразовательной школы системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учетом реальных потребностей рынка труда. Согласно требованиям ФГОС основного общего образования у школьников должно быть сформировано ответственное отношение к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, на основе формирования уважительного отношения к труду и понимания значения профессиональной деятельности в интересах устойчивого развития общества и природы.

Мир профессий с каждым годом становится более дифференцированным и разнообразным, увеличивается количество учебных заведений и направлений работы. Поэтому для многих учащихся сделать профессиональный выбор становится все сложнее и особенно для школьников с ограниченными возможностями здоровья. Переход от школьного обучения к трудовой жизни для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) происходит с большими трудностями не только в связи с социально-экономическими проблемами в стране, но и из-за того, что в существующая система профориентационной работы, как правило, не учитывает специфические особенности их профориентации. У многих из них часто недостаточная или искаженная информация о современном производстве и его требованиях к работнику, не сформирован ни один вариант действий после окончания школы.

Дистанционная программа «Старт в профессию» разработана с учетом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения и в соответствии с федеральными государственными требованиями к дополнительной общеобразовательной программе. Реализация данной программы призвана включить учащихся с ОВЗ и инвалидностью в обучение, независимо от места их проживания, помочь им определиться с желательной и объективно возможной сферой будущей трудовой деятельности, изучить собственный потенциал, соотнести выявленные в процессе диагностики способности и интересы как с требованиями конкретных профессий, так и рынка труда в целом, и результате - смоделировать траекторию овладения выбранной профессией.

### *Научные, методологические и нормативно-правовые основания программы*

В отечественной педагогике и психологии накоплен богатый опыт в области теории профессионального самоопределения, который во многом предопределил современные подходы к данной проблеме. Вопросы профессиональной ориентации и профконсультирования освещены в работах Е.А. Климова, А.Е. Голомшток, Л.А. Йовайши, С.Н. Чистяковой. Данные работы выполнены в рамках основных положений деятельностного подхода (А.Н. Леонтьев, Л.С. Выготский и С.Л. Рубинштейна).

Особенностью всех этих исследований является все более усиливающееся внимание к личностным аспектам профессионального самоопределения.

Теоретико-методологические основания программы составили подходы к профессиональному самоопределению Н.С. Пряжникова, как «поиску и нахождению личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой трудовой деятельности, а также - нахождение смысла в самом процессе самоопределения», Э.Ф. Зеера, как к «самостоятельному и осознанному нахождению смыслов выбираемой или уже выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной социально-экономической ситуации, а также нахождению смысла в самом процессе самоопределения», В.Н. Дружинина, как к «выбору профессии на основании анализа, оценки внутренних ресурсов субъектом выбора и соотнесения их с требованиями профессии и последующее его формирование как профессионала и субъекта труда», Климова И.А. как «схемы построения личного профессионального плана», концепция о профессиональной зрелости А.П. Чернявской, а также принципы организации дистанционного обучения, отраженные в исследованиях А.А. Андреева, А.А. Ахаяна, М.П. Карпенко, А.А. Катаева, В.Г. Кинелева, Е.С. Полат, А.В. Хуторского.

Данная программа разработана на основе программы Резапкиной Г.В. «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки» и методических материалов Чернявской А.П. «Психологическое консультирование по профессиональной ориентации». -М.: Из-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 96с.

Модификация обусловлена изменением формы обучения, приемов работы, а также доработкой условий реализации программы и целевой группы учащихся.

**Цель программы:** формирование у учащихся (в том числе с ОВЗ и инвалидностью) 7-9 классов способности к построению траектории личностного и профессионального самоопределения, с учетом индивидуальных особенностей здоровья.

**Задачи:**

сформировать умение определять индивидуально-типологические и личностные особенности, возможности здоровья и соотносить их с профессиональными интересами и требованиями предпочитаемых профессий;

дать многомерное системное представление о мире профессий и требованиях, предъявляемых в большинстве сфер профессиональной деятельности;

обучить способам сбора информации о рынке труда и возможностях для приобретения профессиональных знаний и навыков;

способствовать развитию личностных качеств, необходимых для эффективной профессиональной деятельности.

**Программа адресована** учащимся в возрасте 12-15 лет, в том числе имеющими ограниченные возможностями здоровья и инвалидность, но не имеющим умеренную и тяжелую умственную отсталость, интересующимся жизненным и профессиональным самоопределением, выбором профессии и осознанием своего места в будущем.

Набор учащихся осуществляется на добровольной основе.

**Сроки и этапы реализации программы:**

Программа реализуется в двух модулях:

Модуль 1. для нормотипичных обучающихся в форме индивидуального

дистанционного обучения в объеме 12 часов (продолжительность обучения составляет 1,5 месяца при режиме - 2 академических часа в неделю);

Модуль 2. для обучающихся с с ОВЗ и/или инвалидностью в форме индивидуального дистанционного обучения в объеме 16 часов (продолжительность обучения составляет 2 месяца при режиме - 2 академический час в неделю).

Выбор модуля обучения определяются для каждого ребенка индивидуально в зависимости от его статуса.

Учебный год для каждого конкретного обучающегося начинается с момента зачисления на программу.

Продолжительность одного занятия составляет 40 минут в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14.

Продолжительность учебной недели составляет 5 рабочих дней.

Окончанием учебного года для каждого конкретного обучающегося является срок завершения программы.

В процессе обучения обучающийся имеет право приостановить посещение занятий на период каникул, определенный для общеобразовательных учреждений.

Программа реализуется в дистанционной форме, что создает условия:

- для обучения учащихся, проживающих в отдаленных населенных пунктах;
- осуществления индивидуально-ориентированного подхода через возможность постоянной связи со специалистом, реализующим программу,

- обучения в домашних условиях, в удобное время в индивидуальном темпе обучения, осваивая предлагаемый материал столько времени, сколько необходимо, периодически возвращаясь нужной информации на любом этапе занятия или периода обучения.

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

#### ***1. Кадровое обеспечение:***

Специалист, реализующий программу, должен владеть навыками работы с профориентационным инструментарием, ориентироваться в содержании профориентационных интернет-ресурсов, владеть актуальной информацией о современном рынке труда и рынке профессиональных образовательных услуг, владеть навыками работы на компьютере, пользоваться электронной почтой и браузерами, быть активным, коммуникабельным, доброжелательным, тактичным.

#### ***2. Методическое обеспечение программы:***

***Методические материалы, необходимые для реализации программы:*** слайдовые презентации с теоретическим материалом по темам программы, электронный справочник для обучающихся с ОВЗ «Куда пойти учиться?», материалы электронных ресурсов:

Федеральный портал Российское образование - <http://www.edu.ru>;

Интерактивный портал по труду и занятости населения Алтайского края - <http://portal.aksp.ru>;

Региональный учебный консультационно-методический центр профориентации и содействия трудоустройству выпускников "Карьера" - <http://job.sibsiu.ru>;

Портал «Проф.Выбор.ру» - <http://www.prof.vibor.ru>;

Портал «Моё образование» - <https://portalobrazovaniya.ru>

Портал «Время выбирать профессию» - <http://www.proftime.edu.ru>;

Атлас новых профессий- <http://atlas100.ru/>;

Портал «Ваше рабочее место» - <http://www.rabochee-mesto.com/>;  
Портал «О среднем и высшем образовании в России» - <http://www.znanie.info/>;  
Центр тестирования и развития. Профорентация. Кем стать? [Электронный ресурс]. - <http://www.proforientator.ru/>;

Тест «Способности» - <https://infourok.ru/sposobnosti-obschaya-i-eksperimentalnaya-psihologiya-849360.html>;

Практическое задание-[https://studopedia.ru/19\\_345216\\_prakticheskoe-zadanie.html](https://studopedia.ru/19_345216_prakticheskoe-zadanie.html);

Тест на определение самооценки у подростков по методике Р.В. Овчаровой - <https://multiurok.ru/blog/ankieta-uchashchimsia-po-vyiavleniiu-urovnia-samootsienki.html>.

Методические пособия: Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки: Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2005. - 208 с.; Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. - М.: Из-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. - 96с.; Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.А. Климов. - 3-е изд.- М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 304с.

3. *Материально-техническое обеспечение:* оборудованный компьютерный класс, комплексы компьютерной диагностики «Effecton studio2006» и «Профиль КЛАСС».

4. *Информационное обеспечение реализации программы:* свободный доступ к сети Интернет и возможность создания «личных кабинетов» учащихся на сайте учреждения, к сетевым образовательным ресурсам профорентационного содержания.

5. *Формы, технологии и методы обучения:*

Организация образовательного процесса осуществляется в дистанционной индивидуальной форме.

*получение логина и пароля, регистрация в личном кабинете* – включает знакомство учащегося с техникой безопасности, особенностями организации обучения, предлагаемой программой работы и определение с помощью диагностических методик исходного уровня знаний и умений обучающегося;

*практическое (тематическое) занятие* – проведение самодиагностики по теме занятия, освоение теоретического и практического материала;

*итоговое занятие* – включает обобщение освоенного материала в форме составления личного профессионального плана, получение обратной связи от педагога.

Для освоения программы учащимися используются следующие педагогические

#### **технологии:**

*здоровьесберегающая технология* – воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивация на ведение здорового образа жизни;

*информационно-коммуникативная технология обучения* - умение использовать ресурсы сети Интернет.

#### **и методы:**

*наглядные:* демонстрация педагогом образца выполнения задания, использование слайдовых презентаций и гиперссылок на интернет-ресурсы;

*практические:* выработка умения применять знания на практике;

*репродуктивные:* воспроизведение полученных знаний и усвоенных способов деятельности;

*частично-поисковый* - участие обучающегося в поиске решения поставленной

задачи совместно с кем-либо из взрослых.

### ***Планируемые результаты реализации программы:***

При условии успешной реализации данной программы учащийся сможет:  
овладеть знаниями о своих личностных особенностях и профессиональной направленности, научиться соотносить свои возможности с требованиями и перспективами развития современного рынка труда;  
научиться способам сбора информации о рынке труда и путях получения профессионального образования;  
выстроить индивидуальный профессиональный план развития.

### ***Формы аттестации***

Для отслеживания динамики освоения программы и анализа результатов образовательной деятельности в течение всего срока ее реализации осуществляется внутренний контроль, который включает в себя  
*вводный контроль*- первичная диагностика профессиональной направленности;  
*текущий контроль* осуществляется в процессе проведения каждого занятия в форме анализа результатов выполнения практических заданий;  
*итоговый контроль*- контентный анализ разработанного учащимися индивидуального профессионального плана с учетом результатов первичной диагностики.

### ***Оценочные материалы***

Выявление достигнутых результатов осуществляется через:  
*анализ продуктов деятельности* (проверяется сформированность интересов, склонностей, способностей учащихся, представлений о необходимости учета состояния здоровья при выборе профессии; умение ориентироваться в современном рынке труда и рынке образовательных услуг; применение правил выбора профессии при составлении индивидуального профессионального плана развития).

Результаты фиксируются и предъявляются в форме:

*анкеты для педагогов* «Изучение удовлетворенности родителей образовательным процессом»;

*анкеты для учащихся* «Изучение удовлетворенности образовательным процессом»

Критерием успешного овладения программой будет высокая удовлетворенность родителей образовательным процессом (*ответы а и б на все вопросы анкеты*).

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН И КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

### ***Учебный план Модуль 1***

№	Наименование тем программы	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теор.	прак.	
1.	Жизненные планы, интересы, склонности и выбор профессии	2	1	1	Анализ выполнения практических заданий
2.	Роль способностей в профессиональном самоопределении	2	1	1	

3.	Личностные, психофизиологические и особенности здоровья в выборе профессии	2	1	1	
4.	Многообразие мира профессий, современный рынок труда	2	1	1	
5.	Особенности выбора профессии и основные ошибки, совершаемые при этом выборе. Пути получения профессии	2	1	1	
6.	Планирование профессионального пути(личностный профессиональный план)	2	1	1	Контентный анализ индивидуального профессионального плана
<b>ИТОГО:</b>		<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	

### *Календарный учебный график*

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	дата зачисления на обучение	дата последнего занятия	6	6	12	1 раз в неделю

### *Учебный план Модуль 2*

№	Наименование тем программы	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теор.	прак.	
1.	Жизненные планы, интересы, склонности и выбор профессии	2	1	1	Анализ выполнения практических заданий
2.	Роль способностей в профессиональном самоопределении	2	1	1	
3.	Личностные, психофизиологические и особенности здоровья в выборе профессии	2	1	1	
4.	Многообразие мира профессий	2	1	1	
5.	Современный рынок труда	2	1	1	
6.	Особенности выбора профессии и основные ошибки, совершаемые при этом выборе	2	1	1	
7.	Способы и варианты получения профессии	2	1	1	

8.	Планирование профессионального пути(личностный профессиональный план)	2	1	1	Контентный анализ индивидуального профессионального плана
<b>ИТОГО:</b>		<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	

### *Календарный учебный график*

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	дата зачисления на обучение	дата последнего занятия	8	8	16	1 раз в неделю

## **СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**

### *Структура программы*

программа состоит из 6 (8) тем, предлагаемых учащимся последовательно.

### *Структура занятия*

Каждое последующее занятие еженедельно выставляется в личном кабинете учащегося. Занятие включает:

*теоретическую часть* в форме презентационных материалов с активными гиперссылками, предназначенную для самостоятельного изучения;

*практическую часть* в форме заданий (заполнение тестов, таблиц, схем, работа с источниками, выполнение упражнений)

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

Теоретический материал программы представляется учащимся в формате слайдовых презентаций, что предъявляет определенные требования к его объему, краткости и четкости формулировок, использованию увеличенного размера шрифта и межстрочного интервала, иллюстрационного видеоряда, также учитывающих индивидуальные особенности и возможности, обучающихся с ОВЗ и имеющих статус ребенка-инвалида.

Особый акцент следует сделать на содержании и оформлении практических заданий, которые должны не только способствовать расширению и закреплению теоретического материала, но и последовательно, пошагово, формировать у учащегося умения прогнозировать и планировать собственное профессиональное будущее, видеть жизненную перспективу и строить логические последовательности возможных жизненных шагов и их причинно-следственных взаимосвязей.

Учитывая психофизиологические особенности учащихся данной категории, в практической работе предусмотрены более легкие и более сложные варианты выполнения одного и того же задания.

Педагогу важно обратить внимание на сложившиеся у учащихся представления о себе, о содержании трудовых функции в отдельных видах профессии, о наличии или отсутствии профессиональных целей и способах их достижения и т.д. Так как он имеет возможность, через комментарии к их ответам, оказать корректирующее воздействие

на имеющиеся у учащихся ошибочные установки.

Особенно значимым в практической работе учащихся является составление каждым из них личного профессионального плана. Акцент необходимо сделать на наличии резервных вариантов и их количестве, так как первоначальный правильный выбор будущей профессии особенно важен для такой категории учащихся.

Дополнительным ресурсом для повышения мотивационной готовности старшеклассников к принятию осознанного решения о выборе профессионального пути в процессе реализации программы может служить самодиагностика и индивидуальное (через скайп) профессиональное консультирование обучающихся по вопросам выявленных способностей, склонностей, индивидуально-типологических особенностей.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Андреев, А.А. Дистанционное обучение: сущность, технология, организация / А.А. Андреев, В.И. Солдаткин. – М.: Издательство МЭСИ, 1999. – 196 с.

Андрушкевич В.Э. Основы профориентологии. Учебное пособие / В.Э. Андрушкевич, В.Б. Борейша. - Томск: Томский межвузовский центр дистанционного образования, 2003. – 262 с.

Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: Учебное пособие/ В.А. Бодров. - М.: ПЕР СЭ, 2006. - 284 с.

Едиханова Г.Г. Профессиональное самоопределение как условие успешной реабилитации обучающихся с ОВЗ / Г.Г. Едиханова // Образование и воспитание. - 2016. - №5. - С. 127-130.

Завражин С.А. Адаптация детей с ограниченными возможностями: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / С.А. Завражин, Л.К. Фортова – М.: Академический Проект: Трикта, 2005.

Зеер Э.Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности: Учеб. пособие / Э.Ф. Зеер. - Воронеж: МОДЭК, 2008.

Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.А. Климов. – 3-е изд.– М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 304с.

Монина, Г.Б., Ранналла, Н.В. Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости». – СПб.: Речь, 2009. – 250 с.

Павлова Т.Л. Профориентация старшеклассников: Диагностика и развитие профессиональной зрелости /Т.Л. Павлова. - М.: ТЦ Сфера, 2005. – 128с. – Библиотека практического психолога.

Профессиональная ориентация детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях общеобразовательной школы [Электронный ресурс]: сборник методических материалов / А.Н. Ахметова, Н.В. Белокопытова, А.В. Ильина, С.Н. Коваленко, Ю.Г. Маковецкая, С.В. Немцева, Л.А. Папроцкая, Д.Н. Погорелов, Т.Н. Симанович, Т.И. Шалашова, Т.Г. Шаталина. – Челябинск: ЧИППКРО, 2017. – 60 с.

Резапкина, Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки: Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов/ Г.В. Резапкина. - М.: Генезис, 2005. - 208с.

Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации/А.П. Чернявская. - М.: Из-во ВЛАДОС-ПРЕСС,2001. – 96с. – (Психология для всех).

Щукина К. Е. Информационные технологии в обучении школьников с ограниченными возможностями здоровья //Информационно-коммуникационные технологии в современном образовательном процессе: научное издание. Сборник научных статей. – Челябинск: Печатный двор, 2016. – С. 284-292.

*Материалы с сайтов:*

Инфоурок [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <https://infourok.ru>

Методический кабинет профориентации [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <http://metodkabi.net.ru/>

Открытый урок 1 сентября [Электронный ресурс]: - Режим доступа: открытый урок.рф.- <http://xn--i1abnckbmc19fb.xn--p1ai/>

Студенческая библиотека онлайн [Электронный ресурс]: - Режим доступа: <http://studbooks.net/>

**Список литературы, рекомендуемый для учащихся**

Бендюков М.А. Ступени карьеры: азбука профориентации /М.А. Бендюков. - Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 236с.

Вировец, Ю.А. Справочник популярных профессий / Ю.А. Вировец. - СПб.:Питер, 2010. - 297 с.

Грецов А.Г. 100 популярных профессий: Психология успешной карьеры для старшеклассников и студентов / А. Грецов, Т. Бедарева. - СПб.: Питер, 2009. -272 с.

Грецов А.Г. Выбираем профессию: Советы практического психолога / А.Г. Грецов. - Питер, 2005. - 217 с.

Козловский О.В. Как правильно выбрать профессию: методики, тесты, рекомендации /О.В. Козловский. - Донецк: БАО, 2006. - 798 с.

Лопатина А. Секреты мастерства: 62 урока о профессиях и мастерах /Лопатина А. - Москва: Амрита-Русь, 2005. - 350 с.

Мудрик А.В. Время поисков и решений, или Старшеклассникам о них самим /Мудрик А.В. - М.: Просвещение, 1990. - 191с.

Резапкина Г.В.: Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника/ Г.В. Резапкина. - М.: Генезис, 2005. -140с.

Ремизов, А.А. Профессии XXI века: путеводитель школьника: [для ст. шк.возраста] / А. А. Ремизов, А.Б. Таранин. - М.: Октопус, 2009. – 444с.

Романова, Е.С. 99 популярных профессий: Психологический анализ и профессиограммы. Учебное пособие / Е.С. Романова. - 2-е изд. - СПб.: Питер, 2008. - 464 с.

Селевко Г.К. Найди свой путь: учебное пособие для предпрофильного обучения / Г.К. Селевко, О.Ю. Соловьева. - 2-е изд., стер. - М.: ООО «ИМЦ Арсеналобразования», 2008. - 176 с.

Тутубалина Н.В. Твоя будущая профессия: сборник тестов по профессиональной ориентации/Н.В. Тутубалина. - 2-е изд. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. - 280 с.

