

Государственное бюджетное учреждение  
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ЦППМСР Красносельского района)

**Принято**  
Педагогическим советом  
Протокол от 30.08.2024 № 1

**Утверждаю**  
Директор И.С. Седунова  
Приказ от 30.08.2024 № 179-од



Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-педагогической (социально-гуманитарной) направленности  
**«ПрофЛайфхак»**

Возраст обучающихся: 14 - 16 лет  
Срок реализации: 2024-2025 учебный год  
Объем: 3 часа

Разработчики: Лаврова Наталья Николаевна,  
педагог-психолог  
Кисмерешкин Олег Викторович,  
педагог-психолог

## Пояснительная записка

### Направленность

Дополнительная общеразвивающая программа «ПрофЛайфхак» имеет социально-педагогическую (социально–гуманитарную) направленность.

**Адресат** учащиеся 8-9 классов общеобразовательных организаций.

### Актуальность

В старший подростковый период подростки стоят на пороге важных жизненных решений, касающихся выбора будущей профессии и направления дальнейшего образования. Профориентация помогает им лучше понять свои интересы, способности и возможности, а также ознакомиться с разнообразием профессий и требуемыми навыками.

Многие старшеклассники сталкиваются с трудностями при выборе профессии из-за недостаточной информированности о рынке труда и собственных предпочтениях. Профориентационные занятия направлены на преодоление этой проблемы, предоставляя ученикам необходимые знания и инструменты для самопознания. Это способствует формированию осознанного выбора, что, в свою очередь, снижает риск ошибки в выборе профессии и повышает удовлетворенность будущей профессиональной деятельностью.

Кроме того, профориентационные мероприятия помогают развивать у подростков критическое мышление и навыки принятия решений, что важно не только для выбора карьеры, но и для личностного роста. Они способствуют улучшению самооценки и уверенности в себе, что особенно важно в подростковом возрасте, когда учащиеся часто испытывают сомнения в своих способностях и возможностях.

### *Нормативно-правовые основания программы*

Нормативно-правовой базой дополнительной общеразвивающей программы «Как не стать жертвой насилия» являются следующие основные документы:

- статьи 67.1 Конституции Российской Федерации, согласно которой важнейшим приоритетом государственной политики Российской Федерации являются дети;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.12, ст.75);
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Национальный проект «Образование» (Паспорт национального проекта утвержден 24 декабря 2018 года);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 31 мая 2021 г. №286;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 31 мая 2021 г. № 287;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России «О повышении воспитательного потенциала образовательного процесса в общеобразовательном учреждении» от 2 апреля 2002 г. №13-51-28/13;
- Указ Президента РФ от 07.05.2024 N 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г.

№ 358;

- Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 22 марта 2017 г. №520-р (с изменениями, внесенными распоряжением Правительства Российской Федерации от 18 марта 2021 г. № 656-р;
- Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы», утвержденная Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16 января 2020 г. №105-р (в рамках реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года: распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-Р);
- Комплексный план мероприятий по профилактике правонарушений несовершеннолетних, обучающихся в государственных образовательных учреждениях, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, на 2024/2025 учебный год, утвержденный распоряжением Комитета по образованию от 21 августа 2024 года №1027-р;
- План проведения информационно-просветительских мероприятий по формированию правовой культуры и законопослушного поведения среди обучающихся государственных образовательных учреждений, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, в 2024/2025 учебном году, утвержденный распоряжением Комитета по образованию от 21 августа 2024 года №1029-р;
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 г. №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.
- Санитарные правила и нормы СанПиН 2 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные Постановлением Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2.

**Уровень освоения программы** – общекультурный.

**Объем и срок освоения программы**

Срок освоения программы – один учебный год. Программа рассчитана всего на 3 учебных часа.

**Цель:** актуализация необходимости профессионального самоопределения, включение обучающихся в процесс прогнозирования и планирования своего профессионального будущего.

**Задачи:**

**1. Обучающие**

- 1.1. Информировать учащихся о мире профессий и профессиональной ориентации;
- 1.2. Информировать учащихся о технологии выбора профессии.

**2. Развивающие**

- 2.1. Сформировать умение анализировать информацию о различных профессиях, рынке труда и требованиях к специалистам, а также критически оценивать собственные возможности и перспективы;
- 2.2. Сформировать у учащихся готовность к адаптации и освоению новых навыков.

### **3. Воспитательные**

- 3.1. Сформировать у учащихся ответственное отношение к выбору будущей профессии;
- 3.2. Сформировать у учащихся уважительное отношение к труду и различным профессиональным областям;
- 3.3. Сформировать у учащихся чувство уверенности в себе и своих возможностях.

### **Предполагаемые результаты**

#### **1. Личностные**

- 1.1. Учащиеся проявляют ответственное отношение к выбору будущей профессии, осознавая важность взвешенного подхода;
- 1.2. Учащиеся выражают уважение к труду и различным профессиональным областям, понимая значимость каждой профессии в обществе;
- 1.3. Учащиеся демонстрируют уверенность в себе и своих возможностях.

#### **2. Метапредметные**

- 2.1. Учащиеся умеют анализировать информацию о профессиях, рынке труда и требованиях к специалистам, а также критически оценивать свои возможности и перспективы;
- 2.2. Учащиеся демонстрируют готовность к адаптации и освоению новых навыков в быстро меняющихся условиях.

#### **3. Предметные**

- 3.1. Учащиеся обладают базовыми представлениями о различных профессиях и направлениях профессиональной ориентации;
- 3.2. Учащиеся понимают технологии и методики выбора профессии, включая использование тестов и консультаций.

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

#### **Язык реализации программы:**

Дополнительная общеразвивающая программа «ПрофЛайфхак» реализуется на русском языке.

#### **Форма обучения:** очная.

#### **Особенности реализации дополнительной общеразвивающей программы**

Программа реализуется исключительно в старших выпускных классах.

#### **Реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий**

В целях обеспечения безопасных условий реализации дополнительных общеразвивающих программ ЦППМСП Красносельского района в ситуации осложнения эпидемической обстановки возможна реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Использование дистанционных образовательных технологий и электронного обучения регулируется Положением об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных общеобразовательных программ в государственном бюджетном учреждении центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Красносельского района Санкт Петербурга.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Сферы ответственности, основные права и обязанности специалистов ЦППМСП Красносельского района и образовательной организации, на базе которой реализуется программа, определяются договором между ЦППМСП Красносельского района и образовательной организацией. Перед началом реализации программы рекомендуется беседа с классным руководителем и социальным педагогом, с целью выяснения особенностей уже сложившегося классного коллектива.

Программа реализуется в соответствии с письменными заявлениями родителей (законных представителей) учащихся или самих учащихся, достигших возраста 15 лет.

#### ***Условия набора в группы***

В группы принимаются все желающие в соответствии с письменными заявлениями родителей (законных представителей) учащихся.

#### ***Условия формирования групп***

Списочный состав групп формируется с учетом Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28.

#### ***Количество детей в группе***

Оптимальное количество участников в группе – 10-15 обучающихся одного класса.

#### ***Формы организации занятий***

Занятия по программе проводятся в групповой форме. На занятиях используются элементы тренинга, также может использоваться работа в подгруппах.

Возможно использование содержания программы для индивидуальной коррекционно-развивающей работы с подростками, имеющими коммуникативные проблемы и проблемы в выстраивании взаимоотношений со сверстниками.

#### ***Формы проведения занятий***

Программа реализуется с использованием следующих форм работы:

- Краткие информационные сообщения, направленные на ознакомление с основными понятиями, терминами и особенностями профилактики виктимного поведения;
- Беседы и дискуссии;
- Психогимнастика;
- Упражнения групповые и индивидуальные на размораживание чувств, активизацию внимания (разминки);
- Ролевое проигрывание различных ситуаций, возникающих в процессе общения и конфликтов;
- Получение обратной связи от группы, позволяющей контролировать и исправлять поведение, затрудняющее процесс межличностного взаимодействия.

#### ***Формы организации деятельности учащихся на занятии:***

- *фронтальная*: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, мини-лекция, демонстрация);
- *групповая*: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах для выполнения определенных задач;

#### ***Материально-техническое оснащение***

Реализация программы осуществляется в помещениях в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28. Для проведения занятия необходимо два помещения.

*Необходимые материалы и оборудование*: доска, мел, либо флипчарт и маркеры, листы бумаги.

#### ***Кадровое обеспечение***

Специалисты отдела центр психолого-педагогической профилактики ЦППМСП Красносельского района.

**Учебный план**  
дополнительной общеразвивающей программы  
**«ПрофЛайфхак»**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Факторы влияющие на выбор профессии	1	0,5	0,5	Рефлексия, наблюдение, опрос
2.	Пути получения профессии, или как стать профессионалом	1	0,5	0,5	Рефлексия, наблюдение
3.	Обобщение материала. Подведение итогов.	1	0,5	0,5	Рефлексия, наблюдение, опрос
<b>ИТОГО</b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>	

**Календарный учебный график**  
дополнительной общеразвивающей программы  
**«ПрофЛайфхак»**

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Кол-во учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2024-2025 учебный год	По согласованию с образовательной организацией	По согласованию с образовательной организацией	3	3	По согласованию с образовательной организацией