



**Тамбовского областного государственного бюджетного
профессионального образовательного учреждения
«Колледж торговли, общественного питания и сервиса»**

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРЬЕРНОЕ ПРОЕКТИРОВАНИЕ»**

Автор: Зубехина Анна Балагулиевна,
преподаватель ТОГБПОУ «Колледж
торговли, общественного питания и сервиса»

Тамбов
2025

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Современное российское общество требует от личности проявления активности в построении карьеры. Динамические изменения социально-экономических условий и требований, предъявляемых к сотруднику со стороны работодателей, приводят к необходимости планирования и управления карьерой на ранних стадиях карьерного развития. Конкурентоспособность выпускника профессионального образовательного учреждения в современных условиях, зависит от умения выстраивать индивидуальную стратегию эффективного трудоустройства и тактики гибкой ориентации в профессиональной среде.

Проблеме профессионального становления личности посвящены работы Э.Ф. Зеера, Е.А. Климова, Ю.П. Поваренкова, Н.С. Пряжникова и др. Проблема профессиональной компетентности представлена в работах В. Лобанова, А.К. Марковой, Л.А. Петровской, Дж.Л. Питера, И.П. Раченко и др. Проблема эффективности рассматривается в теоретическом подходе А.Адлера, проблема самооффективности – в работах А. Бандуры.

Анализ научной литературы, результаты экспериментальной работы показали, что процесс формирования готовности к рынку труда обучающихся проходит по трем направлениям: 1) формирования социально-психологических потребностей личности в приобретении профессии (осознание правильного выбора профессии, принятие норм и ценностей будущей профессии, согласование жизненных и профессиональных целей, установок); 2) приспособление личности будущего специалиста к требованиям рынка труда (знакомство с рынком труда и его особенностями; приспособление к социальным, профессиональным и правовым нормам регулирующим правоотношения в процессе профессиональной деятельности, условиям, процессам будущей трудовой деятельности); 3) выбор и поэтапная реализация адаптивной стратегии по формированию мотивационных, когнитивных, операционно-действенных и эмоционально-волевых характеристик, определяющих его конкурентоспособность на рынке труда.

Предлагаемая программа «Карьерное проектирование» представляет собой систему теоретических, методических и технологических знаний, педагогических методов и средств формирования адаптационной готовности к рынку труда у обучающихся в процессе обучения в колледже. Основными последова-

тельными (поэтапными) модулями программы являются: «Правовое регулирование труда и занятости молодежи», «Психология карьеры», «Поведение на рынке труда».

По всем трем модулям программы применяются активные (имитационные и не имитационные) методы обучения, направленные на развитие творческого и продуктивного мышления, адаптивного поведения и общения.

1. Имитационные методы: решение проблемных ситуационных задач, деловые и ролевые игры, упражнения – действия по инструкции, выполнение индивидуальных задач во время практики, кейсовый метод.

2. Не имитационные методы: проблемная лекция, учебная дискуссия, исследовательский метод.

Каждый модуль решает определенные задачи с помощью различных педагогических средств.

Модуль «Правовое регулирование труда и занятости молодежи» решает задачи по формированию у обучающихся гражданской ответственности, правового самосознания и правовой культуры; умения анализировать и решать возникающие проблемы в процессе трудовой практики, ориентироваться в правовом пространстве.

Модуль «Психология карьеры» решает задачу актуализации проблемы адаптации к рынку труда у обучающихся на основе анализа реальной ситуации на рынке труда и оценки своих желаний и возможностей.

Модуль «Поведение на рынке труда» формирование плана личностно-профессиональной стратегии, представлений об особенностях рынка труда на региональном уровне.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Целью программы «Карьерное проектирование» является формирование личностной адаптационной готовности к рынку труда в процессе профессионального становления.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

- сформировать у обучающихся устойчивую мотивацию к изучению программы формирования адаптационной готовности к рынку труда в процессе обучения в колледже;
- сформировать правовую грамотность обучающихся;
- сформировать профессионально важные качества личности обучающегося, позволяющих адаптироваться на рынке труда;
- на основе теоретических знаний сформировать стратегию поведения на рынке труда;
- сформировать умения определять наиболее эффективные пути, средства и методы эффективного трудоустройства.

Компетенции обучающихся, формируемые в результате освоения программы «Карьерное проектирование»:

- общие компетенции: ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам; ОК 2. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности; ОК 3. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие; ОК 4. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами; ОК 5. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста; ОК 6. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе общечеловеческих ценностей; ОК 9. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;
- правовую компетентность обучающихся, предполагающую не только правовую грамотность, но и правовую активность, умение быстро находить правильное решение возникающих проблем, ориентироваться в правовом пространстве;

- soft skills компетенции: системное мышление, алгоритмизация; умение принимать решения в условиях неопределенности; коммуникация; самоанализ/саморефлексия; управление проектами, людьми и собой.

В результате освоения программы обучающийся должен **знать**:

- основные законодательные акты и другие нормативные документы, регулирующие правоотношения в сфере профессиональной деятельности;
- основы трудового содействия занятости молодежи на рынке труда, пересечения полей рынка образовательных услуг и рынка труда;
- основные источники поиска информации о требованиях рынка труда и возможностях дополнительного образования;
- закономерности и тенденции изменения рынка профессионально-кадровых ресурсов;
- систему оценки личностного и профессионального потенциала, возможные способы поиска работы и успешного трудоустройства.

Обучающийся также должен **уметь**:

- применять правовые нормы в профессиональной деятельности при осуществлении повседневной профессиональной деятельности; выборе способа решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам; организации собственного профессионального развития и самообразования;
- эффективно решать актуальные социально-профессиональные задачи: поиск работы или создание инициативных форм занятости;
- продвигать себя на рынке труда, поддерживать профессиональную конкурентоспособность;
- искать информацию о вакансиях на молодежном рынке труда;
- составлять структуру заметок для фиксации взаимодействия с потенциальным работодателем;
- составлять резюме с учетом специфики работодателя;
- применять основные правила ведения диалога с работодателем в модельных условиях;
- определять свои сильные стороны и зоны развития разрабатывать долгосрочную стратегию профессионального развития;
- развить профессионально-важные качества личности, способствующие трудоустройству в условиях конкуренции на региональном рынке труда (спо-

способность к самоуправлению поведением, общением, настроением и т.д.);

- анализировать профессиональные ситуации с позиций участвующих в ней индивидов, выявлять и оценивать специфику социально-профессиональных связей и отношений в коллективе, проектировать социально-психологические условия совместной деятельности, квалифицировать эффекты межличностного взаимодействия и проводить коррекцию нежелательных явлений в отношениях между людьми при трудоустройстве.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Правовое регулирование труда и занятости молодежи	11	6	5
2	Психология карьеры	7	2	5
3	Поведение на рынке труда	14	4	10
ИТОГО:		32	12	20

Модуль «Правовое регулирование труда и занятости молодежи»

Тема 1. Право молодежи на образование (2 часа)

Право на образование и его реализация в Российской Федерации. Особенности правового регулирования образования в России. Формы получения образования в России. Дополнительное образование. Среднее профессиональное образование, высшее и послевузовское профессиональное образование. Уровни и формы высшего профессионального образования. Второе высшее образование. Правила приема в вузы. Прием в вузы вне конкурса.

Тема 2. Что важно знать при устройстве на работу (1 час)

О правилах действия нормативных правовых актов, регулирующих трудовую деятельность человека. Систематизация норм права в области регулирования трудовых отношений.

Практические занятия (1 час)

«Организация работы с правовыми информационными системами «Гарант» (<https://www.garant.ru/>) и «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru/>)».

Тема 3. Взаимоотношения работников и работодателей (2 часа)

Трудовой договор. Советы юриста при заключении трудового договора. Гарантии приема на работу. Испытательный срок. Дисциплина труда. Время работы и отдыха. Совместительство и сверхурочные работы. Заработная плата работников. Льготы, гарантии и компенсации для лиц, совмещающих обучение и труд. Программа временной занятости.

Пособия по временной нетрудоспособности для работников. Обязательное социальное страхование граждан, работающих по трудовому договору.

Особенности получения пособия по временной нетрудоспособности отдельными категориями граждан. О социальном страховании на случай временной нетрудоспособности в части определения размера и порядка выплаты пособий.

Выплата пособия работодателем. Выплата пособия органом Фонда социального страхования РФ (ФСС РФ). Особенности получения ежемесячных компенсационных выплат обучающимся.

Практические занятия (2 часа)

«Рассмотрение порядка оформления документов при приеме работника». «Эффективный контракт». Решение ситуационных задач по Трудовому праву (<https://педакадемия.рф/timoфеева-т-в-трудовое-право/>).

Тема 4. Расторжение трудового договора (1 час)

Увольнение по собственному желанию. Расторжение трудового договора по соглашению сторон. Процедура увольнения. Основания расторжения трудового договора.

Практические занятия (2 часа)

«Рассмотрение порядка оформления документов при увольнении работника». Решение ситуационных задач по Трудовому праву (<https://педакадемия.рф/timoфеева-т-в-трудовое-право/>).

Модуль «Психология карьеры»

Тема 5. Психология профессиональной карьеры (2 часа)

Понятие карьеры. Модель карьерного роста, стадии развития и планирование карьеры. Конфликтующая реальность и пути ее преодоления. Личностные ограничения, ограничивающие карьерный рост. Возможности и «барьеры» на пути профессионального роста. Психологическая готовность к профессиональной деятельности.

Практические занятия (5 часов)

Самодиагностика. Скрининг личных качеств. Интерактивные упражнения, определяющие сильные и слабые стороны, достижения и потенциальные способности: «Обмен комплементами», «Как я отношусь к себе», «Мой девиз», «Что у меня написано на майке?».

Психологические тренинги: Тренинг уверенного поведения (памятки участникам тренинга по К.Т. Оганесян, Г.И. Марасанову). Тренинг на снижение психологического напряжения (упражнения «Внутренний луч», «Руки», «Настроение»). Тренинги на снятие эмоционального напряжения (упражнения

«Зажимы», «Дыхание», «Улыбка»). Тренинги на снижение уровня тревожности.

Модель «Поведение на рынке труда»

Тема 6. Эффективные технологии трудоустройства (4 часа)

Рынок труда и его особенности. Основные элементы рынка труда. Специфические особенности молодежного рынка труда. Основные причины и этапы поиска работы. Эффективные способы поиска работы: участие в специализированных мероприятиях (акция «Неделя без турникетов», «Ярмарка вакансий рабочих мест» и «Радуга профессий» ТОГКУ «Центр занятости населения города Тамбова»), платформа «Профстажировки 2.0» (<https://профстажировки.рф/>), Центр содействия трудоустройству выпускников колледжа (<http://ktopis.68edu.ru/trudoustroistvo.html>), Интерактивный портал службы занятости населения Тамбовской области (<https://zan.tambov.gov.ru/vacancy>), сайты для поиска работы (Superjob.ru, Зарплата.ру, НН.ру, Карьерист.ру, Работа.ру, Avito, Trudvsem.ru, Яндекс.Работа, Indeed, ГородРабот.ру), рекрутинговые агентства (агентства по подбору персонала), обращение к знакомым, прямое обращение к работодателю. Резюме: хронологическое, функциональное, ретроспективное, целевое, академическое. Прохождение собеседования. Сопроводительное письмо и рекомендательное письмо. Оценка предложения о работе.

Практические занятия (10 часов)

Самодиагностика. Скрининг личных качеств. Тест «Умеее ли вы контролировать себя?» и тест оценки коммуникативных и организаторских склонностей (КОС). Интерактивные упражнения и игры, направленные на отработку презентационных навыков, умения убеждать, развитие коммуникативной компетентности: упражнение «Витязь на распутье», «Молчанка», «Слепое слушание», «Активное слушание», имитационная игра «Адские башни», коммуникативная игра «Колобок и лисица», ролевая игра «Прием на работу» и «Я хочу у Вас работать», ситуационно-ролевая игра «Интервью», «Путаница», «Собеседование».

Платформа «Моя карьера» <https://career4me.ru/>. «Составление профессионального резюме», «Составление сопроводительного письма к резюме», «Составление заметок по содержанию предварительного телефонного разговора с потенциальным работодателем», «Составление перечня вопросов потенциального работодателя к соискателю на собеседовании».

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1 Верниенко Л.В. Акмеологические стратегии молодежи в условиях профессионального выбора// Акмеология. 2016. № S3-4. С. 207-209.

2 Громова Е.М., Беркутова Д.И., Горшкова Т.А. Исследование отношения современных российских студентов к построению профессиональной карьеры// Современные проблемы науки и образования. 2012. № 3 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=6307>. – (дата обращения: 01.12.2023).

3 Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. – СПб.: Издательство «Речь», 2017. – 256 с.

4 Психология общения: учеб. Для студ. Учреждений сред. Проф. образования/ А.П. Панфилова. – М.: Издательский центр «Академия», 2021. – 208 с.

5 Сучкова Т.В., Чернухина М.Е. Яруллина Л.Р. Реализация технологий эффективного трудоустройства выпускников// Теория и методика профессионального образования. – Известия КГАСУ. – 2012. - № 3 (21). – С. 230-234. – URL: file:///C:/Users/Kabinet_11/Downloads/realizatsiya-tehnologiy-effektivnogo-trudoustroystva-vypusknikov-v-stroitelnom-vuze.pdf. – (дата обращения: 28.11.2023)

6 Технологии обучения выпускников вузов эффективному поведению на рынке труда: Учебно-методическое пособие/ Сост. Л.Р. Яруллина. – Казань: Астория, 2020. – 51 с.

7. Яруллина Л. Р. Когнитивно-регулятивный механизм эффективного поведения молодых специалистов на рынке труда: моногр. – Казань: Изд-во Казанск. Гос. Архитект.- строит.ун-та, 2019. – С. 117 – 120