

Рассмотрено  
на заседании пед.совета  
Протокол №2 от 29.08.2022г.

Согласовано  
зам.директора по УВР  
*Л.Е.Шамсутдинова*



# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## «ПРОФОРИЕНТАЦИЯ»

направление: *социальное*  
5-9 класс

Составитель: Сашина Елена Михайловна  
педагог-психолог

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Профориентация» разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного и среднего общего образования с учетом Рабочей программы воспитания и требований Положения об организации внеурочной деятельности в МБОУ «Гимназия №1».

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в самоопределении, в том числе в определении сферы будущей профессиональной деятельности. А это влечёт за собой необходимость в педагогическом сопровождении профессионального самоопределения школьников, в развитии мотивации школьника к осуществлению трудовой деятельности, в формировании готовности школьников к выбору профессионального пути и к обучению в течение всей жизни. Эти важные задачи лишь отчасти решаются в учебном процессе. Работа по программе внеурочной деятельности «Моя будущая профессия» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития учащегося задачи. Программа станет востребованной как школьниками, которые планируют после окончания основной школы продолжить обучение в колледжах и техникумах, так и теми, кто планирует получить среднее образование в стенах школы. Сегодня профессионалу любой сферы деятельности необходимо владеть набором универсальных навыков, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля и направленности предполагаемой будущей профессии.

### **Цели изучения курса внеурочной деятельности**

Курс внеурочной деятельности «Моя будущая профессия» нацелен на помощь учащемуся:

- в освоении надпрофессиональных компетенций навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решения и ответственности. Эти навыки являются важными для любой профессии, владение ими позволит учащемуся в будущем реализовать себя как в профессиональной сфере, так и в личной жизни;
- в ориентации в мире профессий и в способах получения профессионального образования. Это позволит учащемуся в большей степени самостоятельно делать выборы в профессиональной сфере, объективнее оценивать свои шансы на получение профессии, корректировать свой школьный образовательный маршрут;
- в познании себя, своих мотивов, устремлений, склонностей. Эти навыки помогут учащемуся стать увереннее в себе, понимать и оценивать степень влияния других людей на свои решения, в том числе в сфере выбора профессии;
- в формировании и развитии трёх компонентов готовности к профессиональному самоопределению: мотивационно-личностного (смыслового), когнитивного (карьерная грамотность) и деятельностного;
- в планировании жизненного и профессионального пути. Это позволит учащемуся строить образ своего будущего, видеть задачи, которые предстоит решить для достижения этого образа;
- в поддержании мотивации учащегося к осуществлению трудовой деятельности. Это позволит ему видеть социальный характер любого труда, понимать естественность каждодневных усилий как для повышения своего будущего профессионального уровня, так и для обычного труда в семье, во дворе своего дома.

**5 класс.**

<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности</b>
<p><b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (1 ч).</b></p> <p>Знакомство участников программы. Игры и упражнения, помогающие познакомиться. Понятие «профессия». О чём люди думают, прежде всего, когда задумываются о будущей профессии.</p>	Познавательная деятельность, игровая деятельность.
<p><b>Раздел 2. Универсальные навыки (2 ч)</b></p> <p>Вербальная и невербальная коммуникация и их роль в профессиональной жизни человека. Устная и письменная речь. Нужно ли профессионалу быть грамотным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие.</p> <p>Влияние интонации на слушателя. Эффективная коммуникация. Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета. Составление перечня профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным.</p>	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.
<p><b>Раздел 3. Какой я? (1 ч)</b></p> <p>Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе развития. Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Игры, развивающие внимание, память, логику, абстрактное и критическое мышление.</p>	Проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.
<p><b>Раздел 4. Образовательная траектория (1 ч)</b></p> <p>Знакомство с содержанием различных профессий, с литературными произведениями, пословицами и поговорками о труде, с фразеологическими оборотами о безделье и трудолюбии.</p>	Познавательная деятельность, игровая деятельность.
<p><b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (1 ч)</b></p> <p>Обзор ведущих предприятий региона. Профессиональные судьбы людей региона. Встреча с родителями школьников, работающими на предприятиях региона.</p>	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение.
<p><b>Раздел 6. Проба профессии (2 ч)</b></p> <p>Формирование умения соотнести свое хобби и будущую проф. деятельность; условия для самооценки достоинств и ограничений для выбранной деятельности; соотнесения профессиональных функций, продуктов труда, инструментов деятельности с профессией.</p>	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.

План самопрезентации; знакомство с понятием резюме. Оформление портфолио, посвященное проф. самоопределению.	
---	--

### **Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

#### Личностные результаты

*В сфере гражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Профориентация»;

*В сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

*В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

*В сфере эстетического воспитания:*

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

*В сфере трудового воспитания:*

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

*В сфере экологического воспитания:*

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями сферы «человек-природа»;

*В сфере понимания ценности научного познания:*

- ориентация в деятельности, связанной с освоением курса «Профориентация», на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;

#### Метапредметные результаты:

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включённых в курс «Профориентация»;
- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой).

*Предметные результаты:*

*Русский язык:*

- участие в диалоге разных видов: побуждение к действию, обмен мнениями, запрос информации, сообщение информации;
- извлечение информации из различных источников, её осмысление и оперирование ею.

*Литература:*

- овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной безопасности

*Иностранный язык:*

- овладение основными видами речевой деятельности в рамках знакомства со спецификой современных профессий;

*Информатика:*

- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — и их использование для решения учебных и практических задач;

*Физика:*

- расширенные представления о сферах профессиональной деятельности, связанных с физикой и современными технологиями, основанными на достижениях физической науки, позволяющие рассматривать физико-техническую область знаний как сферу своей будущей профессиональной деятельности;

*Обществознание:*

- умение приводить примеры (в том числе моделировать ситуации) деятельности людей, социальных объектов, явлений, процессов определённого типа в различных сферах общественной жизни, их структурных элементов и проявлений основных функций; разного типа социальных отношений; ситуаций, регулируемых различными видами социальных норм;

*Биология:*

- интерес к углублению биологических знаний и выбору биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности в области биологии, медицины, экологии, ветеринарии, сельского хозяйства, пищевой промышленности, психологии, искусства, спорта

*Основы безопасности жизнедеятельности:*

- овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды)

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Форма	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности</b>				
1	«Знакомство с миром профессий»	Занятие	1	<a href="https://new.atlas100.ru/">https://new.atlas100.ru/</a>
<b>Раздел 2. Универсальные навыки</b>				
2	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»))»	Тренинг	1	<a href="https://proektoria.online/">https://proektoria.online/</a>
3	«Что влияет на выбор профессии?»	Беседа	1	<a href="https://proekt-pro.ru/">https://proekt-pro.ru/</a>
<b>Раздел 3. Какой я?</b>				
4	«Интересы и склонности в выборе профессии»	Анкетирование	1	<a href="https://proforientator.ru/tests/">https://proforientator.ru/tests/</a>
<b>Раздел 4. Образовательная траектория</b>				
5	«Не допустим ошибок при выборе профессии!»	Составление памятки	1	
<b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона</b>				
6	«Профессии людей, работающие в нашей школе».		1	
<b>Раздел 6. Проба профессии</b>				
7	«Путь в профессию начинается в школе».	Беседа	1	<a href="https://multiurok.ru/files/kl-assnyi-chas-na-temu-put-v-professiiu-nachinaetsi.html">https://multiurok.ru/files/kl-assnyi-chas-na-temu-put-v-professiiu-nachinaetsi.html</a>
8	«Все профессии важны, все профессии нужны»	Игра	1	<a href="http://profvibor.ru/">http://profvibor.ru/</a>

**6 класс.**

<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности</b>
<p><b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (1 ч)</b></p> <p>Понятие «профессия». О чём люди думают, прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Примеры профессиональных судеб известных учёных, писателей, изобретателей, артистов.</p>	познавательная деятельность,  проблемно-ценностное общение
<p><b>Раздел 2. Универсальные навыки (2 ч)</b></p> <p>Эффективная коммуникация. Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета. Понимание как основа взаимоотношений между людьми. Умение поставить себя на место другого человека. О чём говорят поступки человека.</p>	познавательная деятельность
<p><b>Раздел 3. Какой я? (1 ч)</b></p> <p>Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Способность к самопознанию как особенность человека. Возникновение лженаук астрологии и нумерологии как ответ на запрос человека о познании себя. Способы получения знаний о себе «Я» в зеркале «другого».</p>	проблемно-ценностное общение, игровая деятельность
<p><b>Раздел 4. Образовательная траектория (1 ч)</b></p> <p>Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере.</p>	познавательная деятельность,  проблемно-ценностное общение

<p><b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (1 ч)</b></p> <p>Обзор ведущих предприятий города. Профессиональные судьбы людей города. Встреча с родителями школьников, работающими на предприятиях города. Проведение экскурсии на одно из предприятий города. Встреча с представителями предприятия.</p>	<p>познавательная деятельность</p>
<p><b>Раздел 6. Проба профессии (2 ч)</b></p> <p>Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Человек», «Человек-Знаковая система». Организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самой школы, так и с помощью приглашенных специалистов.</p>	<p>проблемно-ценностное общение, игровая деятельность</p>

### **Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

#### Личностные результаты

*В сфере гражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Профориентация»;

*В сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

*В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

*В сфере эстетического воспитания:*

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

*В сфере трудового воспитания:*

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

*В сфере экологического воспитания:*

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с



профессиями сферы «человек-природа»;  
*В сфере понимания ценности научного познания:*

- ориентация в деятельности, связанной с освоением курса «Профориентация», на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;

#### Метапредметные результаты:

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;  
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включённых в курс «Профориентация»;  
- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;  
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой).

#### Предметные результаты:

##### *Русский язык:*

- участие в диалоге разных видов: побуждение к действию, обмен мнениями, запрос информации, сообщение информации;
- извлечение информации из различных источников, её осмысление и оперирование ею.

##### *Литература:*

- овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной безопасности

##### *Иностранный язык:*

- овладение основными видами речевой деятельности в рамках знакомства со спецификой современных профессий;

##### *Информатика:*

- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — и их использование для решения учебных и практических задач;

##### *Физика:*

- расширенные представления о сферах профессиональной деятельности, связанных с физикой и современными технологиями, основанными на достижениях физической науки, позволяющие рассматривать физико-техническую область знаний как сферу своей будущей профессиональной

деятельности;

*Обществознание:*

- умение приводить примеры (в том числе моделировать ситуации) деятельности людей, социальных объектов, явлений, процессов определённого типа в различных сферах общественной жизни, их структурных элементов и проявлений основных функций; разного типа социальных отношений; ситуаций, регулируемых различными видами социальных норм;

*Биология:*

- интерес к углублению биологических знаний и выбору биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности в области биологии, медицины, экологии, ветеринарии, сельского хозяйства, пищевой промышленности, психологии, искусства, спорта

*Основы безопасности жизнедеятельности:*

- овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды)

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Форма	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности</b>				
1	«Трудом славен человек»	Презентация	1	<a href="https://new.atlas100.ru/">https://new.atlas100.ru/</a>
<b>Раздел 2. Универсальные навыки</b>				
2	«Хорошо ли я себя знаю?» «Определение типа личности и темперамента с помощью методики Айзенка»	Анкетирование	1	<a href="https://proforientator.ru/tests/">https://proforientator.ru/tests/</a>
3	«Интересы и склонности в выборе профессии»	Беседа	1	<a href="https://proektoria.online/">https://proektoria.online/</a>
<b>Раздел 3. Какой я?</b>				
4	«Кем быть?»	Викторина	1	<a href="https://proekt-pro.ru/">https://proekt-pro.ru/</a>
<b>Раздел 4. Образовательная траектория</b>				
5	«Здоровье и выбор профессии»	Беседа	1	<a href="http://profvibor.ru/">http://profvibor.ru/</a>
<b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона</b>				
6	«Люди нашего города»	Встречи с интересными людьми	1	
<b>Раздел 6. Проба профессии</b>				
7	«Вакансии»	Игровое упражнение	1	<a href="https://ir-center.ru/sznregion/tatars-tan/">https://ir-center.ru/sznregion/tatars-tan/</a>
8	«Навыки общения и взаимодействия»	Тренинговое занятие	1	<a href="https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-">https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-</a>

				<b>tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat</b>
--	--	--	--	--

**7 класс.**

<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности</b>
<p><b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (1 ч)</b></p> <p>Понятие «профессия». О чём люди думают, прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу. Общее и особенное каждой профессии.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Раздел 2. Универсальные навыки (2 ч)</b></p> <p>Вербальная и невербальная коммуникация и их роль в профессиональной жизни человека. Эффективная коммуникация. Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета. Составление перечня</p>	<p>проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.</p>

профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным.	
<p><b>Раздел 3. Какой я? (1 ч)</b></p> <p>Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Правила командных игр. Профессии, требующие максимальной концентрации внимания.</p> <p>Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения. Экстремальные ситуации и «экстремальные» профессии.</p>	познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.
<p><b>Раздел 4. Образовательная траектория (1 ч)</b></p> <p>Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере. Примеры траекторий становления известных людей мира, страны, города.</p>	познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение
<p><b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (1 ч)</b></p> <p>Встреча с приглашённым в школу директором, преподавателем или студентом профессиональных учебных заведений города Судьбы выпускников школы, окончивших колледжи (техникум, училище) города.</p>	познавательная деятельность,
<p><b>Раздел 6. Проба профессии (2 ч)</b></p> <p>Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Природа», «Человек-Художественный образ». На усмотрение школы возможна организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самой школы, так и с помощью приглашенных специалистов.</p>	познавательная деятельность, игровая деятельность.

### **Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

#### Личностные результаты

##### *В сфере гражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Профориентация»;

##### *В сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории,

культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

*В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

*В сфере эстетического воспитания:*

- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- умение принимать себя и других, не осуждая;

*В сфере трудового воспитания:*

- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

*В сфере экологического воспитания:*

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность.

*В сфере понимания ценности научного познания:*

- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;
- аргументировать свою позицию, мнение;

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;

Предметные результаты

*Русский язык:*

- извлечение информации из различных источников, её осмысление и оперирование ею, свободное пользование лингвистическими словарями, справочной литературой, в том числе информационно-справочными системами в электронной форме;

*Литература:*

- овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной безопасности

*Иностранный язык:*

- использовать иноязычные словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме.

*Информатика:*

- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — и их использование для решения учебных и практических задач;

*Физика:*

- расширенные представления о сферах профессиональной деятельности, связанных с физикой и современными технологиями, основанными на достижениях физической науки, позволяющие рассматривать физико-техническую область знаний как сферу своей будущей профессиональной деятельности;

*Обществознание:*

- умение классифицировать по разным признакам (в том числе устанавливать существенный признак классификации) социальные объекты, явления, процессы, относящиеся к различным сферам общественной жизни, их существенные признаки, элементы и основные функции;

*Биология:*

- интерес к углублению биологических знаний и выбору биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности в области биологии, медицины, экологии, ветеринарии, сельского хозяйства, пищевой промышленности, психологии, искусства, спорта

*Основы безопасности жизнедеятельности:*

- овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды)

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№	Тема занятия	Форма	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
---	--------------	-------	------------------	--

<b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности</b>				
1	«Труд в жизни человека».	Презентация, беседа	1	<a href="https://new.atlas100.ru/">https://new.atlas100.ru/</a>
<b>Раздел 2. Универсальные навыки</b>				
2	«Трудолюбие: что это значит?».	Беседа	1	<a href="https://proekt-pro.ru/">https://proekt-pro.ru/</a>
3	«Поговорим о жизненных ценностях».	Психологический час	1	<a href="https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat">https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat</a>
<b>Раздел 3. Какой я?</b>				
4	«Темперамент и профессия»	Викторина	1	<a href="https://proforientator.ru/ests/">https://proforientator.ru/ests/</a>
<b>Раздел 4. Образовательная траектория</b>				
5	«Выбери работу по душе»	Беседа	1	<a href="https://proektoria.online/">https://proektoria.online/</a>
<b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона</b>				
6	«Из школы в жизнь»	Встречи с интересными людьми	1	<a href="https://multiurok.ru/files/klassnyi-chas-na-temu-put-v-professiu-nachinaetsi.html">https://multiurok.ru/files/klassnyi-chas-na-temu-put-v-professiu-nachinaetsi.html</a>
<b>Раздел 6. Проба профессии</b>				
7	“Дело мастера боится”	Игра-соревнование	1	<a href="https://proektoria.online/">https://proektoria.online/</a>
8	"Что? Где? Когда?"	Игра по профориентации	1	

**8 класс**

<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности</b>
-------------------	--------------------------

<p><b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (1 ч)</b></p> <p>Понятие «профессия». О чём люди думают, прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу. Общее и особенное каждой профессии.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Раздел 2. Универсальные навыки (2 ч)</b></p> <p>Что такое «личное пространство человека». Значение личного пространства для самочувствия, настроения, работоспособности человека. Дистанции в общении. Нарушение личных границ. Способы сохранения личных границ в личной и профессиональной сфере.</p>	<p>проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.</p>
<p><b>Раздел 3. Какой я? (1 ч)</b></p> <p>Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Профессии, требующие максимальной концентрации внимания. Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения. Какое впечатление мы производим на людей и какое впечатление люди производят на нас. Внешняя красота и внутренняя.</p>	<p>познавательная деятельность, игровая деятельность.</p>
<p><b>Раздел 4. Образовательная траектория (1 ч)</b></p> <p>Ошибки, которые мы совершаем в жизни. Причины ошибок. Ошибка в выборе профессии и её последствия. Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профессии. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (1 ч)</b></p> <p>Обзор ведущих предприятий региона. Профессиональные судьбы людей региона. Потребность региона в кадрах, динамика роста заработной платы в регионе, социальные гарантии, перспективы карьерного роста и повышения квалификации в своём регионе и в соседних регионах.</p>	<p>познавательная деятельность,</p>



Проведение экскурсии на одно из предприятий региона. Встреча с представителями предприятия.	
<p><b>Раздел 6. Проба профессии (2 ч)</b></p> <p>Что и кто влияет на выбор дальнейшего образовательного и профессионального пути. Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Человек», «Человек-Знаковая система». На усмотрение школы возможна организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самой школы, так и с помощью приглашенных специалистов.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.</p>

### **Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

#### Личностные результаты

##### *В сфере гражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Профориентация»;

##### *В сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

##### *В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

##### *В сфере эстетического воспитания:*

- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

##### *В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- умение принимать себя и других, не осуждая;

##### *В сфере трудового воспитания:*

- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

##### *В сфере экологического воспитания:*

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность.

##### *В сфере понимания ценности научного познания:*

- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели

индивидуального и коллективного благополучия.

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;
- аргументировать свою позицию, мнение;

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;

### Предметные результаты

*Русский язык:*

- извлечение информации из различных источников, её осмысление и оперирование ею, свободное пользование лингвистическими словарями, справочной литературой, в том числе информационно-справочными системами в электронной форме;

*Литература:*

- овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной безопасности

*Иностранный язык:*

- использовать иноязычные словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме.

*Информатика:*

- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — и их использование для решения учебных и практических задач;

*Физика:*

- расширенные представления о сферах профессиональной деятельности, связанных с физикой и современными технологиями, основанными на достижениях физической науки, позволяющие рассматривать физико-техническую область знаний как сферу своей будущей профессиональной деятельности;

*Обществознание:*

- умение классифицировать по разным признакам (в том числе устанавливать существенный признак классификации) социальные объекты, явления, процессы, относящиеся к различным сферам общественной жизни, их существенные признаки, элементы и основные функции;

*Биология:*

- интерес к углублению биологических знаний и выбору биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности в области биологии, медицины, экологии, ветеринарии, сельского хозяйства, пищевой промышленности, психологии, искусства, спорта

*Основы безопасности жизнедеятельности:*

- овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды)

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Форма	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности</b>				
1	"Какие профессии живут в моем доме?"	Классный час	1	<a href="https://proekt-pro.ru/">https://proekt-pro.ru/</a>
<b>Раздел 2. Универсальные навыки</b>				
2	Трудовая родословная моей семьи"	Беседа	1	
3	"Как вести себя в конфликтных ситуациях"	Тренинг	1	<a href="https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat">https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat</a>
<b>Раздел 3. Какой я?</b>				
4	«Мое любимое занятие в свободное время»	Самопрезентация	1	
<b>Раздел 4. Образовательная траектория</b>				
5	«От ученика до специалиста»;	Беседа	1	<a href="https://proektoria.online/">https://proektoria.online/</a>
<b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона</b>				
6	Предприятия нашего города экскурсия	Встречи с интересными людьми, экскурсии	1	<a href="https://fabricators.ru/zavody/chistopol">https://fabricators.ru/zavody/chistopol</a>

<b>Раздел 6. Проба профессии</b>				
7	«Вакансии»	Игровое упражнение	1	<a href="https://ir-center.ru/sznregion/tatars-tan/">https://ir-center.ru/sznregion/tatars-tan/</a>
8	«Профессии героев России»	Беседа	1	

### 9 класс

<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности</b>
<p><b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (1 ч)</b></p> <p>Особенности современного рынка труда страны и региона. Профессии прошлого, настоящего, будущего. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Первый выбор, связанный с будущей профессией, который делает школьник после получения аттестата об основном общем образовании. Собственный ранжированный список предпочитаемых профессий: первая версия.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Раздел 2. Универсальные навыки (2 ч)</b></p> <p>Нужно ли профессионалу быть грамотным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие. Невербальные средства общения. Жесты, мимика, телодвижения как источник информации о человеке (например, для потенциального работодателя). Влияние интонации на слушателя. Эффективная коммуникация. Составление перечня профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным.</p>	<p>проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.</p>
<p><b>Раздел 3. Какой я? (1 ч)</b></p> <p>Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Профессии, требующие максимальной концентрации внимания. Какое впечатление мы производим на людей и какое</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение</p>

<p>впечатление люди производят на нас. Внешняя красота и внутренняя. Проблема неравенства при приёме на работу.</p> <p>Кому и когда важно презентовать себя.</p>	
<p><b>Раздел 4. Образовательная траектория (1 ч)</b></p> <p>Ошибки, которые мы совершаем в жизни. Причины ошибок. Ошибка в выборе профессии и её последствия. Как не ошибиться в выборе колледжа, профессии. Пути исправления ошибок. Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни.</p>	<p>проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (1 ч)</b></p> <p>Обзор учреждений среднего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл, направления подготовки, бюджетные, внебюджетные и целевые места, возможности трудоустройства после окончания. Встреча с приглашённым в школу директором, преподавателем или студентом колледжа, куда часто поступают выпускники 9 класса школы. Судьбы выпускников школы, окончивших колледжи региона.</p> <p>Экскурсия по территории колледжа, знакомство с условиями поступления и обучения в колледже, беседы, интервью.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение.</p>
<p><b>Раздел 6. Проба профессии (2 ч)</b></p> <p>Окончание 9 класса и первый профессиональный выбор школьника. Что и кто влияет на выбор дальнейшего образовательного и профессионального пути. Значение ОГЭ для будущей профессиональной карьеры. «Примерка» профессий. Профессиональная проба.</p>	<p>познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, игровая деятельность.</p>

**Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности**  
Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*В сфере гражданского воспитания:*

- выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса на основе взаимопонимания и взаимопомощи

*В сфере патриотического воспитания:*

- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе профориентационных экскурсий на предприятия своего региона

*В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии.

*В сфере эстетического воспитания:*

- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- умение принимать себя и других, не осуждая;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека

*В сфере трудового воспитания:*

- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей

*В сфере экологического воспитания:*

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями сферы «человек-природа»;

*В сфере понимания ценности научного познания:*

- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной природной среды:*

- способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других, проходить профессиональные пробы в разных сферах деятельности;

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого обсуждения в группе или в паре;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанные с выбором будущей профессии;

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- понимать намерения других участников занятий курса «Профориентация», проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях, в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;
- публично представлять результаты работы, проделанной в рамках выполнения заданий, связанных с тематикой курса по профориентации;

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- различать, называть и управлять собственными эмоциями;
- уметь ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения участников курса, осознанно относиться к ним

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### *Русский язык:*

- обсуждение и чёткая формулировка цели, плана совместной групповой деятельности;
- извлечение информации из различных источников, её осмысление и оперирование ею;

### *Литература:*

- подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной без-опасности

### *Иностранный язык:*

- приобретение опыта практической деятельности в жизни: соблюдать правила информационной безопасности в ситуациях повседневной жизни и при работе в Интернете;

### *Информатика:*

- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — и их использование для решения учебных и практических задач;

### *Физика:*

- расширенные представления о сферах профессиональной деятельности, связанных с физикой и современными технологиями, основанными на достижениях физической науки;

### *Обществознание:*

- умение классифицировать по разным признакам (в том числе устанавливая существенный признак классификации) социальные объекты, явления, процессы, относящиеся к различным сферам общественной жизни, их существенные признаки, элементы и основные функции;

### *Биология:*

- интерес к углублению биологических знаний и выбору биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности в области биологии, медицины, экологии, ветеринарии, сельского хозяйства, пищевой промышленности, психологии, искусства, спорта

### *Основы безопасности жизнедеятельности:*

- овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды)

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема занятия	Форма	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности</b>				

1	«Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе»	Беседа	1	<a href="https://proektoria.online/">https://proektoria.online/</a>
<b>Раздел 2. Универсальные навыки</b>				
2	«Мое призвание»	Беседа	1	<a href="http://profvibor.ru/">http://profvibor.ru/</a>
3	«Здоровье и выбор профессии»	Психологический час	1	<a href="https://proekt-pro.ru/">https://proekt-pro.ru/</a>
<b>Раздел 3. Какой я?</b>				
4	Темперамент. Память. Внимание. Особенности мышления	Анкетирование	1	<a href="https://proforientator.ru/tests/">https://proforientator.ru/tests/</a>
<b>Раздел 4. Образовательная траектория</b>				
5	Трудовой кодекс гражданина РФ	Беседа	1	
<b>Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона</b>				
6	Учреждения среднего профессионального образования нашего регион.	Встречи с интересными людьми, экскурсии	1	<a href="https://postupi.info/">https://postupi.info/</a>
<b>Раздел 6. Проба профессии</b>				
7	«Где и как искать информацию о рынке труда и вакансиях.»	Информационный час	1	<a href="https://ir-center.ru/sznregion/tatars-tan/">https://ir-center.ru/sznregion/tatars-tan/</a>
8	«Личный профессиональный план»	Беседа, самопрезентация	1	<a href="https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat">https://www.careerist.com/ru-insights/kommunikativnye-navyki-pochemu-oni-tak-vazhny-i-kak-ih-usovershenstvovat</a>