

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 5 пгт.Сибирцево  
Черниговского муниципального округа

**Программа наставничества для учащихся 9-11 классов**

**«Море возможностей»**

**Наставник:** Ногина Анастасия Юрьевна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе по профориентации.

**Целевая аудитория:** учащиеся 9-11 классов.

**Срок реализации:** учебный год (может быть адаптирован под полугодие или цикл из 12-15 встреч).

**Формат:** групповые занятия (микрогруппы) + индивидуальные консультации.

пгт. Сибирцево  
2025г

## 1. Цель и задачи программы

**Цель:** Сформировать у старшеклассников навык осознанного выбора профессии через метод пяти шагов, с акцентом на возможности морской отрасли и целевого обучения в партнерстве с компанией «Русский Краб».

### Задачи:

1. **Обучить** методу пяти шагов осознанного выбора («Остановись», «Исследуй», «Выбери», «Сделай», «Поделись»).
2. **Познакомить** с миром профессий, в том числе с профессиями будущего и спецификой морских и береговых специальностей.
3. **Сформировать** понимание собственных склонностей, способностей, талантов и их связи с профессиональной деятельностью.
4. **Исследовать** рынок труда и инструменты поиска работы (резюме, собеседование).
5. **Создать** индивидуальные карьерные планы и траектории развития.
6. **Информировать** о возможности целевого обучения в МГУ им. адм. Г.И. Невельского при поддержке ГК «Русский Краб».

## 2. Структура и этапы программы

Программа состоит из **5 модулей**, соответствующих шагам осознанного выбора.

Модуль	Тема	Ключевые активности	Форма работы
<b>1. Остановись</b>	Знакомство с программой, осознание необходимости выбора, ответственность за решение.	Уроки 1-3: «Почему пора выбирать?», «5 шагов», «Кто принимает решение?». Игра «Почему ложь?», притча «Баронесса».	Групповая дискуссия, работа в парах, модерация.
<b>2. Исследуй</b>	Изучение мира профессий, своих склонностей и рынка труда.	Уроки 4-7: «Хобби и профессия», «Профессии будущего», «Склонности и таланты»,	Индивидуальная работа, игры, диагностика, встречи с курсантами.

Модуль	Тема	Ключевые активности	Форма работы
		«Рынок труда». Упражнения «Топ-15 видов деятельности», «Профессии на букву», «Собеседование».	
<b>3. Выбери</b>	Формулирование профессиональных гипотез и их проверка.	Урок 8: «Формула выбора профессии». Проектная сессия «Выбор профессии», контрольные списки.	Индивидуальная и парная работа, проектирование.
<b>4. Сделай</b>	Планирование действий для «примеривания» профессии и построения карьеры.	Уроки 9-11: «Как примерить профессию», «Как построить карьеру», «Где может работать подросток». Упражнения «Шаг в будущее», «Карьерный план», «Резюме».	Проектные сессии, практикумы, ролевые игры.
<b>5. Поделись</b>	Рефлексия, подведение итогов, презентация результатов.	Урок 12: «Что для меня изменилось?». Упражнения «Мои 3 шага», «Наш выбор» (создание поста).	Рефлексия, творческая работа, финальное тестирование.

### 3. Роль наставника

Наставник выполняет следующие функции:

- **Ведущий занятий:** проводит уроки по готовым методическим материалам.

- **Фасилитатор:** создает безопасную среду для обсуждения, организует дискуссии.
- **Консультант:** помогает в индивидуальном порядке с формулировкой целей, выбором профессии, построением траектории.
- **Координатор:** организует встречи с курсантами, представителями компании «Русский Краб», экскурсии.
- **Мотиватор:** поддерживает учеников, помогает преодолевать страхи и сомнения.

#### 4. План-график занятий (пример на 12 недель)

Неделя	Тема занятия	Домашнее задание
1	Урок 1. Почему уже пора выбирать профессию?	Анкета ожиданий, упражнение «Мои предпочтения».
2	Урок 2. Пять шагов осознанного выбора	Упражнения «Семья и профессия», «Школа и предметы».
3	Урок 3. Кто принимает решение?	Упражнения «Как я выбираю?», «Моя остановка».
4	Урок 4. Можно ли сделать хобби профессией?	Упражнения «Работа и хобби», «Работа, карьера, призвание».
5	Урок 5. Профессии будущего	Изучение Атласа профессий, упражнение «Матрица выбора».
6	Урок 6. Какие у меня склонности?	Упражнения «10 жизней», «Мои достижения», онлайн-тесты.
7	Урок 7. Как устроен рынок труда?	Анализ вакансий, подписка на ТГ-канал «Карьера в Крабе».
8	Урок 8. Формула выбора профессии	Проектная сессия, заполнение шаблона выбора профессии.
9	Урок 9. Как «примерить» профессию?	Проектная сессия «Шаг в будущее», выбор практик.
10	Урок 10. Как построить карьеру?	Упражнение «Индивидуальная траектория развития».
11	Урок 11. Где и как может работать подросток?	Составление резюме, изучение ТК РФ.

Неделя	Тема занятия	Домашнее задание
12	Урок 12. Что для меня изменилось?	Рефлексия, создание поста #Море-Возможностей.

## 5. Ожидаемые результаты

### Учащиеся:

- Освоят метод 5 шагов осознанного выбора;
- Сформулируют 2-3 профессиональные гипотезы;
- Составят карьерный план и резюме;
- Узнают о возможности целевого обучения и карьеры в морской отрасли;
- Повысят уровень осознанности и готовности к выбору профессии.

**Итоговый продукт:** сертификат участника и портфолио участника (результаты тестов, упражнений, карьерный план, резюме).

---

## 6. Дополнительные элементы

- **Встречи с курсантами** МГУ им. Невельского (по сценарию из материалов).
- **Экскурсии** на суда или в университет (при возможности).
- **Участие в конкурсе** видеороликов от «Моря возможностей».
- **Информирование родителей** через чаты и собрания.