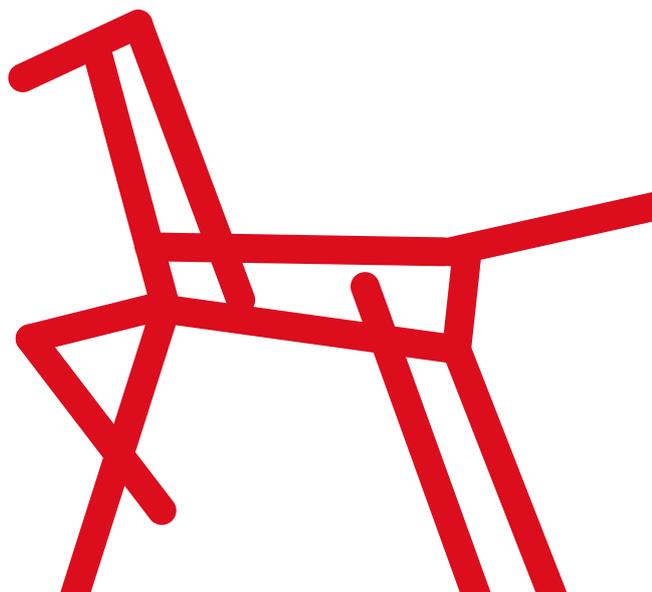


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
НАУЧНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ  
ДЕТСТВА, СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ»

ШКОЛА

# МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОРИЕНТАЦИИ ДЛЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ



## ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка .....	3
1. Подходы к профориентационной деятельности в общеобразовательных организациях .....	5
2. Модель профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации.....	8
3. Организационно-методические условия реализации профориентационной деятельности в общеобразовательной организации .....	16
3.1. Единая платформа по профориентации «Билет в будущее» .....	18
3.2. Формы и методы профориентационной работы с обучающимися.....	20
3.3. Работа с родителями (законными представителями) .....	24
Заключение.....	25
Литературные источники .....	26
Приложение 1. Список терминов (гlossарий).....	29
Приложение 2. Нормативно-правовое обеспечение профориентационной деятельности в образовательной организации .....	31
Приложение 4. Особенности профессиональной ориентации и самоопределения в 1-4 классах.....	32
Приложение 5. Особенности профессиональной ориентации и самоопределения в основной школе .....	34
Приложение 6. Особенности профессиональной ориентации и самоопределения в средней школе.....	38
Приложение 7. Дополнительные ресурсы по профориентации.....	40

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современных условиях экономический рост невозможен без использования инноваций и внедрения передовых технологий в различных отраслях и сферах деятельности. Ключевое значение при этом приобретают высококвалифицированные специалисты, потребность в которых неуклонно растет.

Следует отметить, что потребности рынка труда меняются с огромной скоростью. Согласно прогнозам «Атласа профессий будущего», в ближайшие годы одни профессии уйдут с рынка, другие будут заменены, а прирост профессий на стыке нескольких дисциплин будет продолжаться<sup>1</sup>.

Подготовка высококвалифицированных специалистов, обладающих необходимыми знаниями и навыками, стремящихся постоянно развиваться в выбранной профессии, невозможна, если выбор этой профессии не является осознанным. Исследование компании HeadHunter показало, что среди работающих соискателей, получивших высшее образование, 41% — работают не по специальности<sup>2</sup>.

Ежегодный мониторинг ценностных ориентаций современной молодежи в 2022 году показал, что высшее образование для 51% учащихся не является ценностью в современном мире; всего 9% школьников обсуждают свои профессиональные планы с педагогами; свою роль в формировании профориентации ребенка видят 58% педагогов; основной акцент при выборе профессии учащиеся делают на собственный интерес к специальности (79%) и востребованность профессии (55%); 58% учащихся не смогли назвать профессии, которые, по их мнению, считаются наиболее перспективными<sup>3</sup>. Эти данные свидетельствуют об актуальности проблемы осознанного профессионального самоопределения и эффективной профориентации.

Стремительно меняющиеся реалии рынка труда требуют от системы образования вести опережающую подготовку квалифицированных специалистов, при этом включать в программы профориентации углубленное знакомство с профессиями будущего целесообразно уже в начальной школе.

Необходимость проведения профориентационной деятельности в образовательных организациях отмечается в федеральных государ-

---

<sup>1</sup> <https://ucthat-v-skole.ru/images/enciklopedia/atlas-professii.pdf?ysclid=laqd7k-mgsf176517415>

<sup>2</sup> Профессиональная ориентация и профессиональное самоопределение: [сайт]. URL: [https://firo.ranepa.ru/files/docs/2022/rezapkina/rezapkina\\_prof-orientazia-samoopredelenie.pdf](https://firo.ranepa.ru/files/docs/2022/rezapkina/rezapkina_prof-orientazia-samoopredelenie.pdf)

<sup>3</sup> Итоги мониторинга ценностных ориентаций современной молодежи 2022: аналитический отчет. — Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 2022. — 72 с.

ственных образовательных стандартах: ознакомление школьников с миром профессий и становление у них понимания важности правильного выбора профессии (1–4 кл.); формирование осознанного выбора и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений (5–9 кл.); развитие готовности и способности к саморазвитию и профессиональному самоопределению (10–11 кл.).

Повысить эффективность профессионального самоопределения и выбора последующий ступени образования призван модуль «Профориентация» — один из основных (инвариантных) модулей Примерной рабочей программы воспитания<sup>4</sup>, направленный на профессиональную ориентацию обучающихся, их профессиональное самоопределение.

Профориентационная работа представляет собой комплекс организованных мер, нацеленных на профессиональное самоопределение обучающихся, где особое место занимают федеральные профориентационные проекты. Программы, направленные на профессиональную ориентацию и профессиональное самоопределение, позволяют школьнику не только определиться с будущей профессией, но и сформировать ценности и смыслы трудовой деятельности как основы для самореализации личности.

Методические рекомендации предназначены для оказания помощи педагогам общеобразовательных организаций в решении профориентационных задач с учетом психологических и возрастных особенностей школьников на разных ступенях образования: от знакомства с профессиями до построения первичного карьерного плана. Фокус внимания современной профориентации направлен не столько на выбор профессии школьником, сколько на формирование у него готовности к профессиональному самоопределению. Особое значение придается технологиям преемственности профориентационной работы при переходе из начальной школы в среднюю и из средней в старшую.

**Цель методических рекомендаций** — повысить качество профориентационной работы в общеобразовательных организациях в рамках реализации Программы воспитания.

**Задачи методических рекомендаций:**

1. Оказание помощи специалистам, занимающимся профориентационной деятельностью в общеобразовательной организации, в формировании позитивного отношения к труду как одной из базовых общенациональных ценностей народов России.
2. Содействие общеобразовательным организациям в создании эффективной системы профориентации и профессионального самоопределения школьников, обеспечивающей своевремен-

---

<sup>4</sup> Программа воспитания для общеобразовательных организаций: официальный сайт. — Москва, — URL: <https://институтвоспитания.рф/programmy-vospitaniya/>

ное достижение планируемых результатов для всех возрастных групп.

### 3. Повышение качества профориентационной деятельности в школе.

Настоящие методические рекомендации адресованы управленческим кадрам, преподавателям, педагогам, классным руководителям, учителям, педагогам-психологам и другим педагогическим кадрам, ответственным за реализацию профориентационной и воспитательной деятельности в общеобразовательной организации.

## **1. Подходы к профориентационной деятельности в общеобразовательных организациях**

Проблема самоопределения, подготовки детей к выбору профессии была актуальна на разных этапах становления и развития нашего общества. Зарождение профориентационной работы с молодежью в Советском Союзе началось в 1920-е гг. Основное внимание уделялось непосредственному трудоустройству молодежи, что было вызвано необходимостью решать проблемы, связанные с восстановлением народного хозяйства после Первой мировой войны и начавшейся интенсивной индустриализацией экономики. Профориентационная работа органически сочеталась с конкурентным распределением, направлением подростков и молодёжи на промышленные предприятия и в профессиональные учебные заведения. В 1960–1970-е гг. возобновился интерес к проблемам профессиональной ориентации в отечественной педагогической теории и практике. Акцент постепенно перемещался в сторону воспитания способности молодежи делать выбор, то есть стали учитываться объективные и субъективные условия и факторы при выборе профессии. Однако в начале 90-х гг. профориентационная работа переместилась из школ в службы занятости, финансирование школьной профориентации сократилось, её система была разрушена. В связи с новым витком технологической революции в начале XXI века проблема профориентации обучающихся вошла в число важнейших. От её решения зависит эффективная структурная перестройка страны и обеспечение экономического суверенитета России<sup>5</sup>. Данное направление воспитательной работы получило новый импульс развития.

О необходимости активизировать профориентационную работу в школах не раз упоминалось в выступлениях Президента Российской Федерации<sup>6</sup>. Так, например, в ходе открытого урока «Разговоры о важном», глава Российского государства подчеркнул, что «ранняя профессиональная ориентация — это одна из целей, к которой мы стремим-

---

<sup>5</sup> Стратегия национальной безопасности (утверждена указом Президента РФ № 400 от 02.07.2021 г.)

<sup>6</sup> Подробнее на РБК: <https://www.rbc.ru/rbcfreenews/5a8459ef9a7947cea28d0cc1?ysclid=idd0u3x3sa482661393>

ся, и чем раньше, тем лучше»<sup>7</sup>. О значимости профориентации говорил также Министр просвещения Российской Федерации<sup>8</sup>, а правовые основы профориентации в образовательной организации были закреплены в документах, регламентирующих образовательную деятельность в РФ. Так, в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», говорится, что «среднее общее образование направлено на... подготовку обучающегося к жизни в обществе, самостоятельному жизненному выбору, продолжению образования и началу профессиональной деятельности».<sup>9</sup>

Категория самоопределения связана напрямую с проблемой выбора личности, которая освещалась в философских учениях Аристотеля, Р. Декарта, И. Канта, А. Шопенгауэра, С. Кьеркегора, М. Хайдеггера, К. Ясперса, Э. Фромма и других мыслителей разных эпох.

Рассмотрением проблемы профессионально-личностного самоопределения занимаются и современные ученые. Так, Т. В. Костаева считает, что личностное самоопределение можно рассматривать «как процесс, в ходе которого происходит самопознание, самореализация, самосовершенствование личности, соответственно осознанно поставленной цели, а профессиональное самоопределение — как процесс, охватывающий период от возникновения профессиональных намерений до предварительного выбора профессии, когда всевозможные виды деятельности оцениваются личностью с различных точек зрения: собственных интересов, способностей, системы ценностей».<sup>10</sup>

По мнению Н. С. Пряжникова, личностное самоопределение невозможно рассматривать в отрыве от самоопределения профессионального, которое «включает в себя выбор профессии, способы ее освоения и профессиональную самореализацию»<sup>11</sup>. Профессиональное самоопределение состоит не только в направленности на выбор конкретной профессии, но и в нахождении внутренних, личностных оснований такого выбора.

Сущностью профессионального самоопределения является самостоятельное и осознанное нахождение смыслов выбираемой или уже выполняемой работы и всей жизнедеятельности в конкретной соци-

---

<sup>7</sup> <http://www.kremlin.ru/events/president/transcripts/speeches/69245>

<sup>8</sup> Сергей Кравцов: «Профориентация имеет колоссальный воспитательный потенциал» / Минпросвещения России ([edu.gov.ru](http://edu.gov.ru))

<sup>9</sup> Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»

<sup>10</sup> Костаева Т.В. Профессионально-личностное самоопределение школьников: теоретический аспект // Вестник науки и образования. — 2019. — № 8-3 (62). — С. 23–26.

<sup>11</sup> Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика. — М.: Издательский центр «Академия», 2008. — 320 с., с. 123.

ально-экономической ситуации, а также нахождение смысла в самом процессе самоопределения<sup>12</sup>.

Вариативная модель профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации, представленная в данных методических рекомендациях, разработана на основе «восьмиугольника основных факторов выбора профессии», предложенного Е. А. Климовым. Среди значимых факторов он отмечал: 1) учет своих склонностей (по сравнению с интересами склонности более устойчивы); 2) учет способностей, внешних и внутренних возможностей; 3) учет престижности выбираемой профессии; 4) учет информированности о ней; 5) учет позиции родителей; 6) учет позиции одноклассников, друзей и сверстников; 7) учет потребностей производства («рынка»); 8) наличие определенной программы действий по выбору и достижению профессиональных целей<sup>13</sup>. Совокупность всех перечисленных факторов позволяет говорить об успешности профессионального выбора.

Данные факторы соответствуют требованиям к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы, зафиксированным в Федеральных государственных образовательных стандартах среднего (полного) общего образования, которые введены в систему общего образования с 1 сентября 2022 года. Личностные результаты к освоению основной образовательной программы включают осознанный выбор будущей профессии и пути реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

Федеральным государственным бюджетным научным учреждением «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования» (ФГБНУ «ИИДСВ РАО») была актуализирована Примерная рабочая программа воспитания, одобренная решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол № 3/22 от 23 июня 2022 г.), которая предусматривает создание условий для самоопределения обучающихся, их готовности к получению профессионального образования, для осознанного выбора сферы трудовой, профессиональной деятельности в российском обществе с учётом личных жизненных планов, потребностей своей семьи, общества.

В настоящее время на решение задач профориентации направлена деятельность федеральных проектов, которые вошли в состав нацпроекта «Образование».

---

<sup>12</sup> Профессиональная ориентация и профессиональное самоопределение: URL: [https://firo.ranepa.ru/files/docs/2022/rezapkina/rezapkina\\_prof-orientazia-samoopredelenie.pdf](https://firo.ranepa.ru/files/docs/2022/rezapkina/rezapkina_prof-orientazia-samoopredelenie.pdf)

<sup>13</sup> Климов Е.А. Как выбирать профессию: Кн. для учащихся ст. классов сред. шк. — 2-е изд., доп. и дораб. — М.: Просвещение, 1990. — 158 с., с. 121-128.

Федеральный проект «Современная школа» нацелен на то, чтобы все дети имели возможность получать качественное общее образование в условиях, отвечающих современным требованиям, независимо от места проживания ребенка, комплексное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений, что в том числе должно способствовать формированию устойчивой профессиональной ориентации школьников.

Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» направлен на создание и работу системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов детей и молодёжи. В рамках проекта ведется работа по обеспечению равного доступа детей к актуальным и востребованным программам дополнительного образования, выявлению талантов каждого ребенка и ранней профориентации обучающихся, которая реализуется через проекты «ПроеКТОрия» и «Билет в будущее».

«ПроеКТОрия» — самый масштабный профориентационный проект, проводимый при поддержке Министерства просвещения Российской Федерации. Его основная цель — познакомить учеников 8–11-х классов с перспективными профессиями, а также достижениями отечественной науки и экономики.

«Билет в будущее» является проектом ранней профориентации для учащихся 6–11-х классов, федеральным оператором которого является Агентство развития профессиональных сообществ и рабочих кадров «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)» при поддержке Министерства просвещения Российской Федерации. С ноября 2022 года портал «Билет в будущее» является единой платформой по профориентации в Российской Федерации<sup>14</sup>, в связи с чем в данных методических рекомендациях будет дано его подробное описание.

Система профориентации в России не является жестко регламентированной, содержание профориентационной деятельности определяется разработчиками контента. В перечисленных проектах содержится описание целей, задач, направлений профессиональной ориентации, а также инструментов её реализации, которые представляют собой некий ориентир того, как должна выглядеть профориентационная работа в образовательных организациях.

## **2. Модель профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации**

Модель профориентации и профессионального самоопределения для 1–11-х классов является комплексным ориентиром для организации профориентационной работы в общеобразовательной организации, которая учитывает особенности возраста и востребованность профессий.

---

<sup>14</sup> Протокол совещания Департамента государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения от 23.11.2022 г.

Основой для модели стали труды Е. А. Климова, который рассматривал профессиональное самоопределение «как важное проявление психического развития, как активный поиск возможностей развития, формирования себя как полноценного участника сообщества... профессионалов<sup>15</sup>». На рисунке 1 представлена вариативная модель профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации.

### Вариативная модель профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации



Рисунок 1 — Вариативная модель профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации

#### Этапы реализации модели

Данная модель подразумевает последовательное прохождение трех основных этапов, позволяющих не просто познакомиться с профессиями, а сформировать готовность к профессиональному самоопределению. Ключевым элементом модели является рефлексия. Ее развитие способствует формированию субъектности, что делает доступным осознанное профессиональное самоопределение.

**Этап 1. Актуализация темы профессионального выбора.** Основная цель первого этапа — запустить процессы, направленные на профессиональный выбор с учетом возраста. Основными задачами здесь являются знакомство с профессиями, знание профессиональных сфер, понимание существующих профессиональных направлений, формирование ценностного отношения к труду и позитивного отношения к вы-

<sup>15</sup> Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения : Учеб. пособие для вузов. — Ростов н/Д : Феникс, 1996. — 509 с.

бору будущей профессии. Следовательно, актуализация темы выбора запускает первичный процесс к познавательной деятельности обучающегося.

В средней школе первый этап нацелен на проявление интереса к разным профессиональным направлениям. В старшей школе обучающимся необходимо совершить профессиональный выбор, который будет связан с их дальнейшей траекторией обучения в СПО или профильном классе с последующим поступлением в вуз. Поэтому этап актуализации направлен на профессиональный выбор. На рисунке 2 схематично представлено содержание и ожидаемые результаты данного этапа.

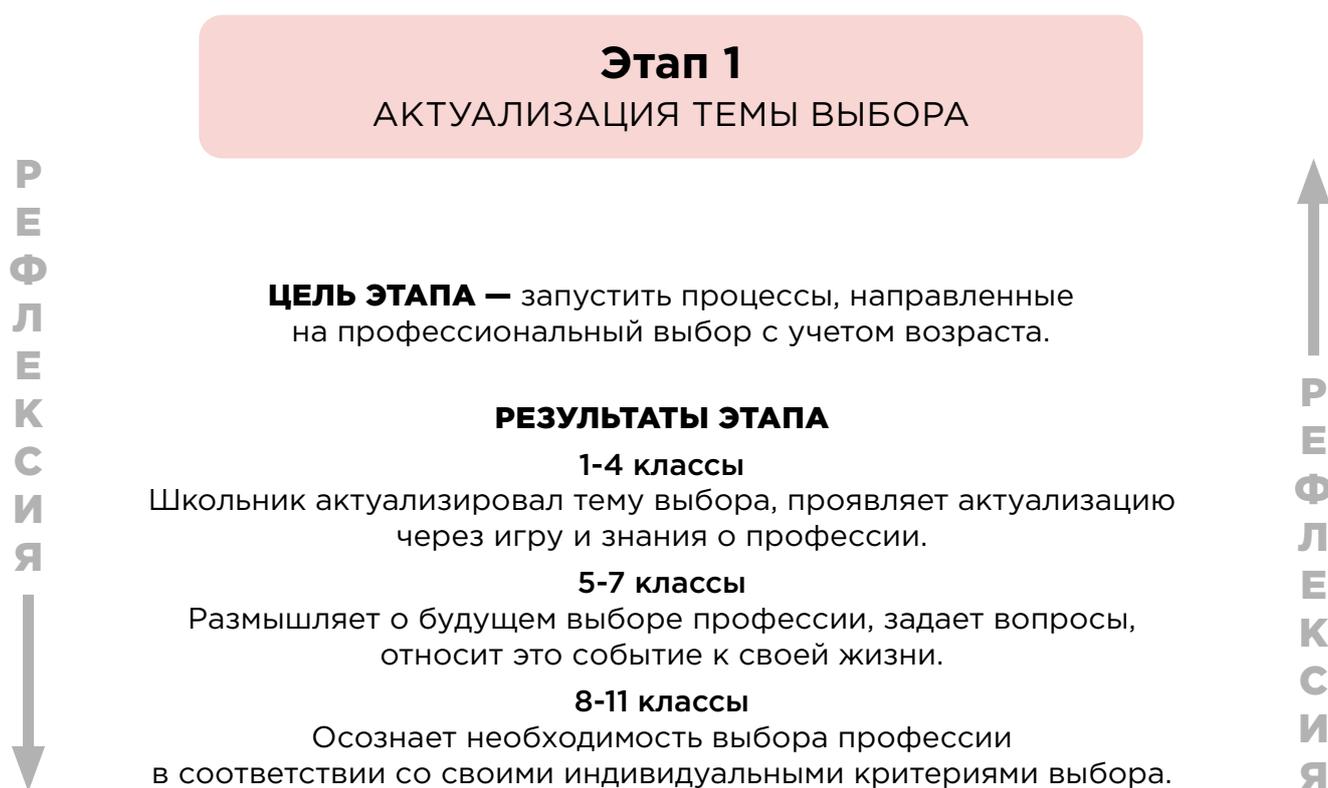


Рисунок 2 — Этап 1. Актуализация темы выбора

**Этап 2. Поиск и определение.** Второй этап состоит из нескольких элементов, которые в модели указаны как профессиональные пробы, сбор информации и исследование себя.

Не имеет значения, с какого элемента начинать работу, важно прохождение всех элементов, однако существует их приоритетность в соответствии с возрастными особенностями. Например, ведущей деятельностью младшего школьника является учебно-познавательная, в которую также входит формирование представлений о мире про-

фессий. Для учащихся 1–4-х классов первым и основным элементом является сбор информации о профессии, что соответствует профориентационным задачам возраста. Следующим по приоритету элементом являются профессиональные пробы в востребованных сферах. Так как обучающиеся в начальной школе совсем не скоро выйдут на рынок труда, они должны быть готовы к переменам и понимать, что профессии, которые им интересны сейчас, будут модифицированы и представлены в другом виде или появятся новые профессии, сформированные на стыке нескольких профессий. Заключительный элемент модели — исследование себя. Начальная школа — это период, когда ребята впервые знакомятся, понимают и формируют общее представление о мире профессий. По сути, элемент исследования себя в данном возрасте им доступен частично.

Приоритетным элементом для учащихся 5–7 классов являются профессиональные пробы. Школьники совершают пробы элементов профессий либо компетенций, тем самым формируя у себя понимание собственного интереса к профессиям через деятельность. Сбор информации для школьников этого возраста является вторым элементом модели, который позволит им расширить свои представления о разных профессиях, так как они уже ориентируются в различных сферах трудовой деятельности и имеют представление о существующих профессиях и профессиях будущего.

Элемент исследования себя реализуется в двух основных направлениях: навыки заботы о себе (self skills) — это навыки самоопределения и самоорганизации. Школьники на доступном для своего возраста уровне понимания уже могут определить, какая профессия им подходит и могут пояснить — почему.

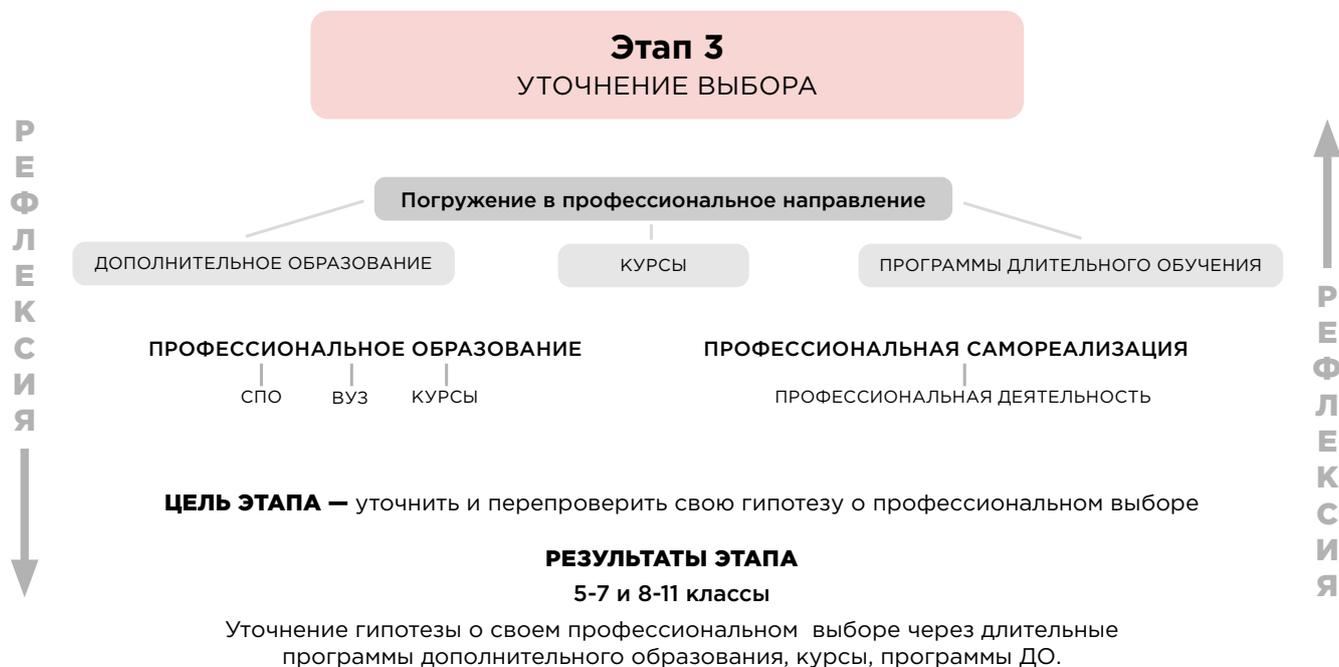
Ключевым элементом для учащихся 8–9, 10–11 классов является исследование себя, поскольку перед школьниками в этом возрасте встает важнейшая задача — необходимо самоопределяться, выбирать, как дальше строить свою индивидуальную образовательную траекторию: в СПО или образовательной организации высшего образования.

На рисунке 3 схематично представлено содержание и ожидаемые результаты данного этапа.



*Рисунок 3 — Этап 2. Поиск и определение*

**Этап 3. Уточнение выбора.** Погружение в профессиональное направление понимается как проверка гипотезы о профессиональном выборе. Открывается и становится доступным этап уточнения выбора через элемент погружения в профессиональное направление, так как обучающиеся уже могут посещать дополнительное образование по профессиональному направлению. Этот элемент не используется в модели для начальной школы, так как в связи с возрастными особенностями недоступна рефлексия, которая позволяет развить осознанность в отношении темы выбора и, погружаясь в профессиональное направление, объективировать гипотезу о своем профессиональном выборе. На рисунке 4 представлены ожидаемые результаты данного этапа.



*Рисунок 4 — Этап 3. Уточнение выбора*

Модель профориентации и профессионального самоопределения состоит из взаимосвязанных элементов, далее рассмотрим их подробно.

**1. Профессиональные пробы** — элемент модели, отвечающий за совершение деятельностной пробы в профессиональных и гибких навыках, востребованных в профессиях.

1.1. Гибкие навыки (soft skills) необходимы в работе каждого специалиста. Такие навыки как системное мышление, кооперация, работа с неопределенностью, креативность, творческое, системное и аналитическое мышление, являются универсальными и подходят для многих специалистов. Однако существуют и специфичные умения, относящиеся к определенной деятельности. Например, в профессиях, требующих высокой стрессоустойчивости, будут особенно значимы навыки работы со стрессом.

Данный элемент модели профессионального самоопределения и профессиональной ориентации указывает на необходимость деятельностных проб гибких навыков школьников в период с 1 по 11 классы.

1.2. Профессиональные навыки (hard skills) необходимы для реализации профессиональной деятельности. Этот элемент модели позволяет школьникам понять, интересна ли им рассматриваемая профессия, а также решает основную профориентационную задачу — знакомство с профессиями через деятельность.

Наиболее активный период прохождения профессиональных проб приходится на 5–7 классы. В этом возрасте школьникам особенно важно познакомиться с разными профессиональными сферами, даже такими, которые они не считают для себя подходящими. Возможно, интерес проявится в процессе деятельности, поэтому рекомендуется посещать как можно больше доступных в регионе профориентационных мероприятий.

**2. Исследование себя** — элемент, связанный с изучением своих индивидуальных особенностей и самоопределением. В полной мере этот элемент становится доступным в подростковом возрасте, когда сформированы основные структуры личности, и школьники могут самостоятельно обосновать, какие профессии им нравятся, а какие нет и почему. Этот элемент формирует понимание себя. Параллельно ребенок осваивает навыки, необходимые для жизни, осознает, что выбор — это неотъемлемая часть профессиональной траектории, и определение в профессии является необходимым. Школьники начинают исследовать свои возможности, интересы, способности и другие индивидуальные особенности личности, а также соотносить со своей личностью знания о профессионально важных качествах, полученных на профессиональных пробах. В перспективе эти знания они смогут применить при совершении профессионального выбора.

2.1. Self skills, так называемые собственные навыки (навыки самообучения), — это навыки, направленные на самого себя, на самодиагностику, среди которых можно выделить три базовых навыка: самоопределение, самоорганизация и саморазвитие. Эти навыки совершенствуются в консультативной работе, беседах о профессиональном выборе. Они направлены на то, чтобы обучающиеся могли выделить собственные критерии профессионального выбора и подготовились к профессиональному самоопределению. За счет владения навыками технологий выбора, отношения к понравившейся профессии, личностного представления о профессиональной деятельности осознанный выбор профессии становится доступным.

2.2. ПВК (профессионально важные качества), индивидуальные особенности личности — темперамент, характер, способности, эмоционально-волевая сфера, установки, мотивы и смыслы.

**3. Сбор информации** — элемент, относящийся к аккумулярованию информации по профессиональным направлениям. Поиск и работа с информацией — это определенный навык, направленный с точки зрения модели профессиональной ориентации и профессионального самоопределения на дополнение знаний

об интересующей профессии. Он позволяет сформировать общее представление о необходимых информационных критериях. Например, когда ребенок будет выбирать для себя профессию сварщика, он узнает, что в СПО существуют определенные условия поступления, и поэтому абитуриенту необходимо набрать необходимый средний балл аттестата. Для ряда поступающих на следующую ступень образования важным является территориальное местоположение образовательной организации. Здесь ребенок для себя формирует некий критериальный ряд.

Элементы реализуются в каждой из возрастных категорий, но в разной степени. В методических рекомендациях указаны задачи профориентации и планируемые результаты с учетом возрастных особенностей.

**4. Погружение в профессиональное направление** — элемент, отвечающий за проверку гипотезы профессионального выбора. В силу возрастных особенностей деятельность по данному элементу доступна только для школьников 5–11 классов. Короткие программы в рамках профессиональных проб, продолжительностью до 3-х часов, обычно посещаются разово, что позволяет сформировать представление о профессиональном направлении. Возможность уточнить этот выбор, проверить устойчивость интереса к нему дает длительная программа дополнительного образования, курсы, секции. Школьник актуализирует для себя тему профессионального выбора на более глубоком уровне, тем самым через рефлекссию осознавая, подходит это ему или нет.

**5. Рефлексия** — ключевой элемент модели, влияющий на осознанность выбора. В профессиональных пробах данный элемент проявляется в рефлексивном отношении к качеству выполняемой деятельности и мотивации к преодолению возможных сложностей при выполнении элементов профессиональных компетенций; в сборе информации — через критическое отношение к важным для выбора профессии материалам. Самая значимая и сложная работа с личностью ведется в блоке исследования себя — там, где мы говорим о развитии навыков заботы о себе (self skills) — самоорганизации и самоопределения, которые находятся в тесной связке с рефлексией. Для того чтобы выявить свои основания выбора профессии, иметь возможность объективно размышлять о них, следует определить, что было сделано хорошо, а что требует улучшения, вызывает ли эта деятельность интерес, появляется ли желание попробовать свои силы в этом профессиональном направлении еще раз. Отвечая на эти вопросы, школьники совершают первый шаг к тому, чтобы сформировать для себя понимание, какая деятельность им подходит, или почему эта профессиональная проба оказалась недостаточно интересна. Здесь особенно значима роль педагога, состоящая

в том, чтобы после прохождения профессиональной пробы помочь ребенку проанализировать полученный в ней опыт.

Применительно к модели профориентации и профессионального самоопределения, рефлексия — деятельность, направленная на осознание и осмысление пройденного опыта, выраженная оценочными показателями. Реализация модели возможна при работе с осознанностью обучающихся и фиксацией профессиональных предпочтений через рефлексивный подход к каждому из элементов модели. Рефлексивный подход — это взаимодействие с обучающимся, при котором учитываются его личностные качества и анализируется его опыт, создаются доверительные и продуктивные взаимоотношения, направленные на развитие рефлексивных навыков и умений. Рефлексивные умения — это самостоятельно выполняемые и осознаваемые интеллектуальные действия (анализ, планирование, прогнозирование, регулирование, самоконтроль), детерминирующие творческую активность при выполнении различных видов деятельности на основе усвоенных знаний и приобретенного субъектного опыта<sup>16</sup>.

Уровень качества профориентационной деятельности в образовательных организациях существенно различается. Одни осуществляют деятельность по профориентации уже много лет, другие — пока только стремятся к системности. Модель профессиональной ориентации и профессионального самоопределения позволяет школам с разным уровнем вовлеченности в профориентационную деятельность эффективно решать профориентационные задачи, стоящие перед образовательной организацией.

При реализации модели важно учитывать возможные риски: нехватка компетентных кадров, отсутствие целенаправленной нормативно регулируемой системы профессиональной ориентации, высокая загруженность педагогов, сложности внедрения новой технологии, региональные факторы востребованности кадров, экономическая и производственная ориентация регионов.

### **3. Организационно-методические условия реализации профориентационной деятельности в общеобразовательной организации**

Для эффективного осуществления профориентационной деятельности в общеобразовательной организации необходимо создать организационные и методические условия, при которых будет осуществляться каждый из элементов модели.

С целью повышения качества профориентационной работы в образовательной организации формируется педагогическая команда, которая будет осуществлять организационную и содержательную деятельности в данном направлении. Педагог-администратор занимается

---

<sup>16</sup> Тельтевская Н.В., Шорина, А.В. Сущность и структура рефлексивных умений. — Педагогика и психология образования. — 2018. — № 2. — 144 с. — с. 38-47.

координацией работы на уровне школы и обеспечивает коммуникацию с органами исполнительной власти регионального и федерального уровней, а также, в случае необходимости, коммуникацию с организациями-партнерами (профессиональными образовательными организациями, образовательными организациями высшего образования, компаниями-работодателями). Педагог-навигатор занимается осуществлением профориентационной работы. Им может стать учитель-предметник, классный руководитель, педагог-психолог или профориентолог.<sup>17</sup> Рекомендуемая нагрузка на одного педагога-навигатора — 60 обучающихся. Возможное распределение обязанностей в команде может выглядеть следующим образом: педагог-психолог проводит психологическую диагностику и интерпретацию результатов, а педагог-навигатор проводит профориентационные мероприятия и работу с родителями (законными представителями). Педагог-навигатор осуществляет свою работу на основе программы профориентационных мероприятий, которую разрабатывает с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, входящих в учебные группы (см. Приложения 4, 5, 6).

В настоящее время существует большое количество профориентационных проектов и ресурсов, в том числе находящихся в общем доступе на онлайн-ресурсах для школьников, педагогов и родителей, которые имеют большой потенциал для осуществления целенаправленной профориентационной деятельности в образовательной организации.

Целенаправленная профориентационная работа наибольшую актуальность приобретает в 6–11-х классах, когда перед обучающимися стоит задача выбора профильного класса и определения профессиональной траектории. Федеральный проект «Билет в будущее» направлен на помощь в профориентации обучающихся данной возрастной категории, содержит необходимые материалы и является комплексным механизмом реализации вариативной модели профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации.

Специалисты проекта «Билет в будущее» разработали профориентационный минимум и методические рекомендации для общеобразовательных организаций Российской Федерации<sup>18</sup>, которые позволяют комплексно подойти к организации профориентационной деятельности и создают единый подход к ней. Методические рекомендации проекта содержат конкретные разработки уроков для разных возрастных групп обучающихся, диагностические методики, рекомендованные к использованию Министерством просвещения Российской Федера-

---

<sup>17</sup> Методические рекомендации по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций российской федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования. — Москва, 2022. — 67 с.

<sup>18</sup> Там же.

ции, рекомендации по работе с Платформой, и могут быть использованы при реализации вариативной модели профориентации и профессионального самоопределения.

### **3.1. Единая платформа по профориентации «Билет в будущее»<sup>19</sup>**

Проект ранней профессиональной ориентации для школьников «Билет в будущее» реализуется по поручению Президента Российской Федерации Владимира Путина в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование». Его федеральным оператором выступает Фонд гуманитарных проектов.

Целью проекта является формирование готовности к профессиональному самоопределению обучающихся 6-11-х классов образовательных организаций.

Электронный адрес проекта — <https://bvbinfo.ru/>. Проект реализуется в течение учебного года в очном и онлайн-форматах, предполагает разные варианты профориентационной помощи подростку и его родителям. На платформе предусмотрен школьный сегмент, доступ к которому получают только участники с 6 по 11 классы от школ, зарегистрированных в проекте, и общедоступный сегмент, который открыт для всех желающих. Более подробную информацию о том, как стать участником проекта, можно получить на его сайте.

Педагогам Платформа позволит получить доступ к актуальному контенту и профессиональным технологиям, повысить свою квалификацию, получить поддержку экспертов (например, при разработке профориентационных уроков), изучить современные сервисы и инструменты профориентации, разработать свой проект и познакомиться с проектами других педагогов. С помощью материалов, представленных на Платформе, педагоги смогут организовать профориентационную работу с обучающимися. Предложить обучающимся пройти профориентационные тесты, «примерить» актуальные профессии онлайн в демо-кабинете, изучить профессии будущего в каталоге (содержит более трехсот профессий), посетить профориентационные мероприятия и пообщаться с профессионалами. Материалы Платформы адаптированы и для детей с ограниченными возможностями здоровья. Кроме того, педагоги смогут организовать совместную работу с родителями. Например, предложить родителям и подросткам пройти двойные тесты, чтобы соотнести представления о будущей профессиональной траектории.

Использование общедоступного открытого сегмента Проекта не предполагает регистрации и передачи персональных данных. Общедоступный сегмент содержит несколько разделов.

---

<sup>19</sup> <https://bvbinfo.ru/>

*Раздел «Примерочная профессий»* представляет собой онлайн-тренажер, который на основе набора интересов, условий работы, ценностей подростка приводит примеры профессий с подробным описанием. Набор компонентов можно менять, что помогает экспериментально понять, чем именно профессии отличаются друг от друга и какая профессия больше всего подходит конкретному подростку. Данный раздел может стать инструментом для реализации элементов модели «Профессиональные пробы» и «Исследование себя».

*Раздел «Профессии будущего»* представляют собой каталог профессий, которые уже появились или, вероятно, появятся в ближайшем будущем. В разделе представлены такие профессии, как игропедагог, нанотехнолог, тренд-вочер, сити-фермер и многие другие. С одной стороны, они призывают подростков задуматься о будущем и показывают, что профессиональная самореализация может быть такой же увлекательной, как компьютерная игра. С другой стороны, каждая карточка каталога включает подробное описание профессии (для кого она подойдет, какие предметы в школе нужно изучать, чтобы со временем стать специалистом в ней) — поэтому профессия выглядит не просто мечтой, а вполне достижимой целью. Этот раздел является инструментом реализации элемента модели «Сбор информации».

*Раздел «Профориентационные «семейные тесты» для родителя и ребенка* нацеливают на совместный поиск решений профессионального выбора. «Семейный тест» предполагает участие родителя и подростка: подросток отвечает на вопросы о себе, а родитель — о своем ребенке. Диагностические материалы данного раздела не только помогут реализовать элемент модели «Исследование себя», но и создадут условия для проведения рефлексии на втором этапе модели «Поиск и самоопределение».

*Раздел «Статьи для родителей»* раскрывает основные вопросы помощи в профориентации подростков. Например, как выбрать между колледжем и вузом? Как помочь подростку при выборе профессии? Какие профессии и навыки будут востребованы в ближайшем будущем? Эти материалы являются ответом на запрос семьи о помощи в профориентации подростков. Более подробно содержание данного раздела раскрыто в п. 3.3.

При осуществлении профориентационной работы в общеобразовательной организации рекомендовано использовать следующие формы и методы проведения работы: *профориентационный урок, онлайн-диагностику и групповое консультирование; информационное сопровождение обучающихся и их родителей о возможностях общедоступного сегмента Платформы «Билет в будущее», вариативные мероприятия.*

### **3.2. Формы и методы профориентационной работы с обучающимися**

Основными мероприятиями в общеобразовательной организации по профориентации являются профориентационный урок, онлайн-диагностика и групповое консультирование. Рассмотрим их подробнее.

**Профориентационный урок.** Профориентационные уроки ориентированы на разные возрастные группы школьников: 6–11 классы, для каждого класса урок создается с учетом возрастных норм и актуальности профориентационных задач, стоящих перед обучающимися. Так, в 6–7 классах актуальнее представить широкий контекст профессионального выбора, рассказать о значимости труда в жизни человека, способах профессионального выбора, рассмотреть предпрофильные направления обучения, возможности дополнительного образования, темы проектных работ. В 8–9 классах стоит обратить внимание на выбор уровня профессионального образования, содержание основных и востребованных профессий. В 10–11 классах среди важных для рассмотрения тем: выбор направления профессионального обучения и соответствующих предметов для вступительных испытаний, особенности поступления в образовательные организации высшего образования, старт профессиональной карьеры, ценностные ориентиры обучающихся.

Продолжительность урока не менее 45 мин. В каждый урок встраиваются интерактивные элементы — вопросы по теме урока, тестирование/опрос с целью организации взаимодействия педагога-навигатора с обучающимися. Во время урока школьники имеют возможность решить в классе и/или в качестве домашнего задания профориентационные упражнения.

**Профориентационная онлайн-диагностика.** Онлайн-диагностика проводится на Платформе<sup>20</sup> по методике, позволяющей оценить интересы обучающегося, и на этой основе рекомендовать профиль обучения и профессиональные группы. Оценка профессиональных склонностей и соответствующей профильной направленности проводится в трех возрастных группах: 6–7 классы, 8–9 классы и 10–11 классы.

При использовании других диагностических инструментов, необходимо учитывать, что методика должна соответствовать требованиям Российского стандарта и быть рекомендована к использованию с обучающимися Министерством просвещения Российской Федерации.

После получения результатов диагностики необходимо проведение групповой консультации.

**Групповая консультация по результатам диагностики.** Специалист, отвечающий за профориентационную работу, организует урок, в рам-

---

<sup>20</sup> <https://www.detech-group.ru/wp-content/uploads/rossijskij-standart-testirovaniya-personala.pdf>

ках которого проводится обсуждение результатов онлайн-диагностики (тестирования): информирует о принципах интерпретации результатов (что означают высокие, средние и низкие результаты), как в дальнейшем применять полученные результаты. Возможно проведение консультаций с использованием видеоматериалов, содержащих интерпретацию результатов, предоставленных разработчиком онлайн-диагностики.

Кроме перечисленных выше основных мероприятий по профориентации, общеобразовательная организация может в своей деятельности использовать вариативные мероприятия. Выбор вариативных мероприятий опирается на возможности образовательной организации. В число **профориентационных мероприятий по выбору** могут быть включены:

- *организация проектной деятельности обучающихся* в соответствии с результатами и рекомендациями профориентационной диагностики с учетом выбранных обучающимися профессиональных направлений или профиля обучения;
- *посещение профессиональных образовательных организаций, организаций высшего образования и работодателей региона* с учетом профессиональных склонностей обучающихся, выявленных в результате диагностики;
- *экскурсии в профессиональные образовательные организации и организации высшего образования* — это возможность познакомить обучающихся с направлениями подготовки и программами обучения; с профессиональными задачами специалистов, с преподавателями; обсудить востребованность будущих выпускников;
- *экскурсии в компании или на предприятия* — это возможность познакомить обучающихся с подробностями ежедневной профессиональной деятельности конкретных специалистов, погрузить их в профессиональный контекст, «примерить» эти профессии на себя, тем самым активизируя собственные размышления обучающихся, необходимые для совершения профессионального выбора;
- *игры* позволяют использовать все уровни усвоения знаний: от простого воспроизведения до творческо-поисковой деятельности. Младшим школьникам в большей мере подходят сюжетно-ролевые, а для обучающихся средней и старшей школы деловые игры;
- *творческие задания* требуют проявления созидательных, креативных навыков. Подобная деятельность позволяет реализовать личностный потенциал и лучше усвоить информацию о профессиях. Для начальной школы сложность упражнений должна соответствовать возрастным особенностям, в частности, это могут

быть рисунок, коллаж, рассказ, исследовательский проект и прочее;

- *тренинги* — формат, в основном ориентированный на обучающихся средней и старшей школы. Они применяются для развития гибких навыков, подготовки к прохождению профессиональных проб и осмысления этого опыта;
- *квесты* — игровая форма, содержащая сюжетную линию знакомства с профессиями, сферами труда, профессионально важными качествами. Содержание квеста должно учитывать профориентационные задачи возраста;
- *ток-шоу* — форма, которая может быть использована для крупной аудитории (около 100 участников). Участники обсуждают актуальные темы, связанные с профессиональным выбором, развитием гибких и профессиональных навыков. Для реализации данного формата подходит актовое пространство. Участники могут быть разбиты на команды, которые с разных сторон обсуждают на сцене выбранные темы (в соответствии с профориентационными задачами возраста). Диалог школьников сопровождается модератором, в роли которого может выступить педагог;
- *круглые столы, конференции* — форматы, позволяющие в деловой атмосфере представить доклады или предложить тему для обсуждения. Событие может быть открытым, что позволит повысить навыки публичного выступления;
- *дискуссии* предполагают противопоставление фактов, мнений. Это следует учесть при выборе тем. Формат больше подходит для старшей школы;
- *профессиональные кейсы* — реальные задачи работодателя, при решении которых можно максимально приблизиться к пониманию специфики работы специалистов определенных направлений. При этом с их помощью можно понять, какие навыки в практической деятельности необходимы. Обычно эти наработки составляются с профессионалами или работодателями;
- *хакатоны* — соревнования, в которых команды за определенное время разрабатывают прототип продукта (например, веб-сервис или мобильное приложение) для решения определенной проблемы, с которой столкнулся бизнес-заказчик;
- *индивидуальная работа с профориентологом* — консультативная деятельность, направленная на построение персональной профессиональной и образовательной траектории школьника. Такое взаимодействие включает в себя составление плана, корректировку, а также диагностику;
- *профессиональные интенсивы* могут содержаться в следующих форматах: смены, длительные, выездные, а также короткие об-

разовательные программы продолжительностью одна-две недели. Школьники погружаются в вопрос выбора профессии, знакомятся сразу с несколькими направлениями, уточняют свой выбор. Данный формат предполагает групповую работу с тьютором и включает один-два часа индивидуальной работы с каждым участником интенсива;

- *стажировки* — для школьников они могут составлять несколько дней и представлять разные вариации: «тень» предполагает наблюдение без участия в самом процессе; «знакомство» — специалист рассказывает, чем занимается; «стажер» — участникам представляют реальные профессиональные обязанности и дают возможность попробовать профессию в действии;
- *профессиональные конкурсы* направлены на проявление профессиональных качеств и определение выдающихся школьников. Участники демонстрируют свое мастерство экспертному сообществу в выбранной деятельности, имеют возможность сравнивать свой уровень подготовки с уровнем подготовки других участников конкурса. В случае победы получают признание профессиональным и экспертным сообществом;
- *волонтерская деятельность* может актуализировать интерес к помогающим профессиям, а также проявить ряд навыков, необходимых для выполнения подобной работы. Здесь школьники в команде развивают и демонстрируют свои навыки и умения, обнаруживая слабые и сильные стороны. Принимая участие в организации и проведении мероприятий и событий, оказывая социальную помощь, подросток получает полезный жизненный опыт, развивает коммуникативные, организационные и познавательные навыки, а также формирует умение воспринимать особенности своей личности. При выборе волонтерского направления следует учитывать профессиональные интересы школьников;
- *беседы о будущем выборе профессии* — организованные встречи с классным руководителем или другим организатором профориентационной деятельности в школе, которые посвящены вопросам выбора профессии. Они направлены на повышение эффективности процессов профессионального самоопределения;
- *встречи со специалистами* позволяют сформировать отношение к определенным видам трудовой деятельности. Данная форма доступна для всех возрастов, однако стоит обращать внимание на особенности восприятия обучающихся. Например, иногда наиболее подходящий формат — работа в группе с приглашенными специалистами, которые расскажут о своей профессии, покажут основные нюансы их деятельности. Для школьников, определившихся с выбором профессии, можно организовывать индивидуальные 15-минутные встречи, которые позволят уточ-

нить профессиональный выбор. Общение может проходить как в очном, так и в онлайн-формате.

Перечисленные формы профориентационной работы с обучающимися позволяют актуализировать процесс их профессионального и личностного самоопределения и совершенствовать навыки, необходимые для успешной социальной и профессиональной адаптации. Мероприятия профориентационной программы могут быть встроены как профориентационные блоки, включенные в учебные предметы, тематические классные часы, так и как отдельный вид внеурочной деятельности. Также они являются инструментами по реализации вариативной модели профориентации и профессионального самоопределения в общеобразовательной организации на разных этапах.

### **3.3. Работа с родителями (законными представителями)**

В профориентационной работе немаловажная роль отводится взаимодействию с родителями, т. к. именно они оказывают значительное влияние на профессиональную траекторию своих детей. В вопросах профориентации родители часто испытывают сложности. Связано это с отсутствием собственного опыта совершения профессионального выбора в современных условиях. Стоит учитывать, что тенденции постоянно меняются, рынок труда как никогда подвижен, а профессиональных предложений множество.

Необходимость включения родителей в профессиональный выбор детей обусловлена тем, что они являются значимыми субъектами формирования представлений подростка о самом себе; испытывают тревожность за будущее ребенка; могут выступать в качестве информационных источников о перспективных направлениях рынка труда, а также востребованных профессиях будущего при наличии необходимых компетенций; разделяют необходимость организации системы эффективного взаимодействия с образовательными организациями по вопросам профессионального выбора и важность комплексного подхода к профориентационной работе со школьниками. Однако не всегда родители могут ответить на запрос детей, которые, не имея опыта выбора профессии и впервые сталкиваясь с этой проблемой, стремятся решить ее с их помощью.

Для эффективного сопровождения родителями этапов профориентации и профессионального самоопределения необходимо их включение в диалоги о профессиях, возможно, совместный просмотр фильмов на эту тему, посещение профориентационных мероприятий и консультаций, а также взаимодействие со школой.

В качестве основных форм просвещения родителей в области профориентации детей можно выделить следующие:

- тематические родительские собрания, на которых обсуждаются актуальные с точки зрения профориентации темы; классные

часы с участием родителей как носителей определенного профессионального опыта, на которых родители знакомят школьников со своей профессией;

- индивидуальные консультации классного руководителя, педагога-психолога, специалиста по профориентации с родителями для решения конкретных профориентационных вопросов;
- анкетирование родителей обучающихся на предмет выявления их отношения к профессиональному самоопределению ребенка, степень влияния на его профессиональный выбор;
- социологический опрос («Каким я вижу своего ребенка», «Моя роль в подготовке ребенка к труду и выбору профессии»);
- участие родителей в проведении экскурсий на предприятия и в учреждения профессионального образования;
- информирование родителей (оформление информационного стенда по профориентации, знакомство с сайтами учреждений профессионально-технического и среднего специального образования региона, актуальными профориентационными проектами федерального, регионального и муниципального уровней, онлайн-платформами, содержащими диагностические профориентационные методики и навигацию по профориентационным ресурсам)<sup>21</sup>.

Для работы с родителями рекомендуется использовать статьи и материалы по профориентации общедоступного контура Платформы «Билет в будущее»<sup>22</sup> и методические рекомендации для педагогов-навигаторов по организации работы с родителями обучающихся.

## **Заключение**

В методических рекомендациях представлены основные нормативно-правовые ориентиры профориентационной работы, раскрыта модель профориентации и профессионального самоопределения, ее содержание и алгоритм применения. Рассмотрены все элементы модели: актуализация темы выбора, навыки заботы о себе, исследование себя и своих профессиональных интересов, профессиональные пробы (гибкие и профессиональные навыки), сбор информации о профессиональном направлении, возрастные особенности. Модель профессиональной ориентации и самоопределения поможет систематизировать и сфокусировать профориентационную работу в общеобразовательной организации.

---

<sup>21</sup> Агибалова С. В. Система работы классного руководителя по профессиональной ориентации школьников в условиях ФГОС // Молодой ученый. — 2019. — № 39 (277). — С. 223-226.

<sup>22</sup> <https://bvbinfo.ru/catalog-articles>

Методические рекомендации соотнесены и согласованы с материалами, содержащимися на портале «Билет в будущее», который является единой платформой по профориентации в Российской Федерации.

В работе учтены целевые ориентиры и ценности Программы воспитания. Реализация целей и задач профориентации возможна через урочную и внеурочную деятельность, дополнительное образование.

Профориентация — инвариантный модуль программы воспитания, где одной из ключевых задач является формирование ценностного отношения к труду и актуализация жизненных целей, реализуемых через профессию, что позволит повысить качество жизни.

### **Литературные источники**

1. Агибалова С. В. Система работы классного руководителя по профессиональной ориентации школьников в условиях ФГОС // Молодой ученый. — 2019. — № 39 (277). — С. 223-226. — URL: <https://moluch.ru/archive/277/62572/> (дата обращения: 17.06.2022)
2. Асмолов А. Г. Психология личности : культурно-историческое понимание развития человека / Александр Асмолов. — 3-е изд., испр. и доп. — М. : Смысл : Издательский центр «Академия», 2007. — 528 с.
3. Атлас профессий будущего: официальный сайт. — Москва. — URL: <https://atlas100.ru/catalog/> (дата обращения: 14.06.2022).
4. Билет в будущее: официальный сайт. — Москва. — URL: <https://bvbinfo.ru/> (дата обращения: 14.07.2022).
5. Вербицкий А. А. Новая образовательная парадигма и контекстное обучение : Монография. — М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 1999. — 75 с.
6. Дорофеева Е. А. Психологические и философские аспекты профессионального самоопределения обучающихся по программам среднего профессионального образования / Е. А. Дорофеева, Н. Е. Серебровская // Гуманитарные науки (г. Ялта). — 2020. — № 2 (50). — С. 165-169.
7. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения : [Учеб. пособие для вузов] / Е. А. Климов. — Ростов н/Д : Феникс, 1996. — 509 с.
8. Климов Е. А. Как выбирать профессию : Кн. для учащихся ст. классов сред. шк. / Е. А. Климов. — 2-е изд., доп. и дораб. — М. : Просвещение, 1990. — 158 с.
9. Ковалева Т. А. Современной системе наставничества недостаточно определений soft и hard skills» : [сайт]. — URL: <https://utalents.ru/news/2020/05/18/tatyana-kovaleva-sovremennoy-sisteme->

nastavnichestva-nedostatochno-opredeleniy-soft-i-hard-skills (дата обращения: 30.06.2022).

10. Концепция организационно-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования / В.И. Блинов [и др.]; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. авт. учреждение Федеральный ин-т развития образования, Центр проф. образования. — Москва: «Перо», 2014. — 37 с.
11. Костаева Т. В. Профессионально-личностное самоопределение школьников: теоретический аспект / Т.В. Костаева // Вестник науки и образования. — 2019. — № 8-3 (62). — С. 23-26.
12. Кошимбетова Г. А. Механизмы профессионального самоопределения в проекте «Профессиональная среда» / Г. А. Кошимбетова, Е. Ю. Пряжникова // Вестник ТвГУ. Серия: Педагогика и психология. — 2021. — № 4 (25). — С. 64-76.
13. Кручинин В. А. Психология развития и возрастная психология: учебн. пос. для вузов / В. А. Кручинин, Н. Ф. Комарова; Нижегород. гос. архитектур. — строит. ун-т. — Н. Новгород : ННГАСУ, 2016. — 219 с.
14. Методические рекомендации по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций российской федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования / Фонд Гуманитарных Проектов. — Москва, 2022. — 67 с.
15. Николаева Э. Ф. Возрастная психология : учебное пособие / Э. Ф. Николаева, Л. Ф. Чекина, Е. А. Денисова. — Тольятти : ТГУ, 2017. — 91 с.
16. Новейший философский словарь / сост. А. А. Грицанов. — Минск : Книжный дом, 2003. — 1279 с.
17. Обухова Л. Ф. Возрастная психология : учебник для бакалавров / Л. Ф. Обухова. — Москва : Издательство Юрайт, 2013. — 460 с.
18. Организация профориентационной работы с младшими школьниками и их родителями [Текст] : метод. рекомендации / И. А. Килина, Е. А. Доренбуш, Н. В. Осипова, Е. В. Понамарева ; под общ. ред. В. И. Сахаровой. — Кемерово : ГБУ ДПО «КРИПО», 2019. — 110 с.
19. Поступи онлайн: официальный сайт. — URL: <https://postupi.online/test/gollanda/> (дата обращения: 14.07.2022).
20. Программа воспитания для общеобразовательных организаций: официальный сайт. — URL: <https://институтвоспитания.рф/программу-vospitaniya/> (дата обращения: 30.06.2022).

21. Профессиональная ориентация и профессиональное самоопределение — URL: [https://firo.ranepa.ru/files/docs/2022/rezapkina/rezapkina\\_prof-orientazia-samoopredelenie.pdf](https://firo.ranepa.ru/files/docs/2022/rezapkina/rezapkina_prof-orientazia-samoopredelenie.pdf) (дата обращения: 30.06.2022).
22. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика / Н. С. Пряжников. — М. : Издательский центр «Академия», 2008. — 320 с.
23. Психология труда: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова. — Образовательно-издательский центр «Академия», 2009. — 430 с.
24. Расковалова О. С. Рефлексивный подход в учебной деятельности // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. — 2019. — № 4 (44). — С. 148-151.
25. Социальное положение и уровень жизни населения России: сборник статей / Росстат — М., 2017. — 332 с.
26. Таточенко Е. В. Исторические аспекты становления и развития профориентационной работы в России и за рубежом [Электронный ресурс] / Е. В. Таточенко. — URL: [http://superinf.ru/view\\_helpstud.php?id=2786](http://superinf.ru/view_helpstud.php?id=2786) (дата обращения: 15.11.2022)
27. Тельтевская Н. В. Сущность и структура рефлексивных умений / Н. В. Тельтевская, А. В. Шорина // Педагогика и психология образования. — 2018. — № 2. — с. 38-47.
28. Толстогузов С. Н. Опыт профориентационной работы за рубежом / С. Н. Толстогузов // Образование и наука. — 2015. — Текст : электронный URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/opytproforientatsionnoy-raboty-za-rubezhom> (дата обращения: 21.04.2022).
29. Труд всем: официальный сайт / URL: <https://trudvsem.ru/information/testing> (дата обращения: 14.07.2022).
30. Трудоустройство по специальности: [сайт] / URL: <https://hh.ru/article/21826> (дата обращения: 14.06.2022).
31. Эльконин Д. Б. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д. Б. Эльконин. — М. : Издательский центр «Академия», 2007. — 384 с.
32. Чистякова С. Н. Профессиональная ориентация учащейся молодежи: страницы истории и тенденции развития / С. Н. Чистякова, В. И. Сахарова // Профессиональное образование в России и за рубежом. — 2017. — № 4 (28). — С. 171-175.

**Список терминов (гlossарий)**

**Готовность к профессиональному выбору** возможно охарактеризовать как устойчивую целостную систему профессионально важных качеств (ПВК) человека, положительное отношение к избираемому виду профессиональной деятельности, организованность, самообладание и т. д., опыт профессиональной деятельности, необходимые навыки, умения, знания.

**Карьера** (профессиональная, трудовая) — результат осознанной позиции и поведения человека в трудовой деятельности, связанный с его должностным и/или профессиональным ростом, а также с размером его материального вознаграждения.

**Компетенция в сфере труда** — систематически проявляемое в деятельности качество субъекта деятельности, мобилизующее его внутренние и внешние ресурсы для успешного решения определенного типа/класса задач; в сфере образования — ожидаемый результат образования, сформулированный в результате согласования требований образовательных заказчиков и возможностей системы образования.

**Новые профессии** — профессии, связанные с появлением принципиально новых технологий, производственных и бизнес-процессов, и уже вошедшие в практику работы отдельных предприятий.

**Педагог-навигатор**<sup>23</sup> (ответственный за профессиональную ориентацию обучающихся) — специалист, непосредственно осуществляющий педагогическую поддержку обучающихся в процессе формирования и дальнейшей реализации их индивидуальных образовательно-профессиональных траекторий. В качестве педагогов-навигаторов могут выступать педагогические работники основного и среднего общего образования, а также дополнительного образования.

**Перспективные профессии (специальности)** — профессии (специальности), которые находятся в тренде, решают задачи, востребованные в обществе, содержание этих профессий в среднесрочной перспективе будет изменяться в связи с обновлением техники, технологий и организации труда.

**Профессиональная ориентация** — система последовательных, научно-обоснованных мероприятий, направленных на обеспечение профессионального самоопределения и построение индивидуальной образовательно-профессиональной траектории обучающегося в соответствии с его индивидуальными особенностями и потребностями развития общества.

**Профессиональная проба** — мероприятие, включающее в себя элементы реальной профессиональной деятельности (или моделирующее

---

<sup>23</sup> <https://bvbinform.ru/info-materials>

эти элементы), предполагающее оценку данной практики как самим участником, так и его наставником, а также способствующее сознательному, обоснованному выбору образовательно-профессиональной траектории.

**Профессиональное самоопределение** — процесс и результат выявления, уточнения и утверждения человеком собственной позиции в профессионально-трудовой сфере посредством согласования индивидуальных возможностей, стремлений, смыслов и внешних вызовов (*смысловая* сторона профессионального самоопределения); овладения необходимым для этого инструментарием: знаниями, умениями, навыками, опытом, компетенциями (*инструментальная* сторона профессионального самоопределения).

**Профессиональные навыки** — умения, необходимые для выполнения профессиональной деятельности.

**Профессиональный выбор** — выбор одного из нескольких вариантов профессионального самоопределения.

**Профориентация** — сопровождение профессионального самоопределения обучающихся в сферах труда, направлениях, профессиях, востребованных компетенциях, рынке труда, нацеленное на активизацию процессов самоопределения через систему научно-обоснованных мероприятий для подготовки школьников к выбору профессии (с учетом особенностей личности и востребованности кадров).

**Ранняя профориентация (в начальной школе)** — это первичная подготовка обучающихся к будущему осознанному выбору профессии через формирование ценностного отношения к труду, представлений о сферах труда, профессиях и компетенциях.

**Сетевое сотрудничество (образовательных организаций)** — совместная деятельность образовательных организаций по реализации сетевых (совместных) образовательных программ, в том числе профориентационной направленности.

**Стажировка** — форма практического обучения непосредственно на предприятии, направленная на изучение передового опыта, а также на закрепление полученных знаний, приобретение и развитие практических умений, навыков и компетенций.

**Универсальные компетенции** (*общие компетенции, общекультурные компетенции, ключевые компетенции, «гибкие навыки», soft skills*) — компетенции, которые являются универсальными для всех видов профессиональной и внепрофессиональной деятельности.

**Электронные ресурсы профориентации** — платформы, сервисы и другие ресурсы, размещенные в сети Интернет и обеспечивающие поддержку в решении задач профинформирования, профнавигации, онлайн-профдиагностики, дистанционного консультирования, организации виртуальных профпроб и других задач сопровождения профессионального самоопределения детей и молодежи, а также других категорий населения.

### **Нормативно-правовое обеспечение профориентационной деятельности в образовательной организации**

Важность роли профессиональной ориентации и самоопределения отражена в законах, приказах и нормативных актах. Среди особенно значимых выделяются:

1. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ (ред. от 28.12.2016) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 24.11.1995 № 181-ФЗ (ред. от 19.12.2016) «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 21.12.1996 № 159-ФЗ (ред. от 28.12.2016) «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».
4. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
5. Закон РФ от 19.04.1991 № 1032-1 (ред. от 28.12.2016) «О занятости населения в Российской Федерации».
6. Постановление Правительства РФ от 27.10.2016 № 1096 «Об утверждении перечня общественно полезных услуг и критериев оценки качества их оказания».
7. Постановление Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.09.1996 № 1 «Об утверждении Положения о профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в Российской Федерации».
8. «Комплекс мер по созданию условий для развития и самореализации учащихся в процессе воспитания и обучения на 2016–2020 годы», утвержденный Заместителем Председателя Правительства Российской Федерации, от 27 июня 2016 г. № 4455п-П8.
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 23.08.2013 № 380н (ред. от 29.07.2014) «Об утверждении федерального государственного стандарта государственной услуги по организации профессиональной ориентации граждан в целях выбора сферы деятельности (профессии), трудоустройства, прохождения профессионального обучения и получения дополнительного профессионального образования».
10. Совместный приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.08.2013 № 390/985 «О межведомственном координационном совете по профессиональной ориентации молодежи».
11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

## Особенности профессиональной ориентации и самоопределения в 1–4 классах

Особый акцент в начальной школе делается на сборе информации по профессиональному направлению, в меньшей степени — на профессиональных пробах, так как пока не все они являются доступными, а исследование себя возможно на уровне отношения «нравится»/«не нравится», хочется продолжить или прекратить деятельность.

Младший школьный возраст (6–11 лет) — это фаза операционно-технической деятельности, в основном учебной деятельности. В этом возрасте школьник учится читать, писать. В процессе учения формируются интеллектуальные и познавательные способности, развивается система отношений ребенка с окружающими — его собственная практика взаимоотношений с другими людьми.

При реализации задач профориентации важно учитывать особенности возраста. В 1–4 классах следует особое внимание обратить на:

- смену ведущей деятельности с ролевой игры на учебную;
- формирование самооценки;
- формирование учебных умений и навыков;
- проявление индивидуальных способностей и склонностей.

### ***Задачи ранней профориентации в начальной школе:***

1. Формирование ценностного отношения к труду.
2. Расширение представлений о существующих профессиях и профессиях будущего.
3. Формирование понимания социально важной роли каждой профессии.
4. Представление о том, какие профессионалы в каких учреждениях, организациях и компаниях работают.
5. Формирование представления об атрибутах труда разных специалистов.
6. Формирование представления о некоторых профессионально важных качествах, необходимых в работе (профессии определяются вариативно в соответствии с профессиональными сферами).
7. Знание сфер труда и направлений, которые к ним относятся.
8. Знание навыков будущего (навыки определяются вариативно).

***Рекомендуемые формы:*** игры, квесты, элементарные профессиональные пробы, творческие и исследовательские задания, встречи со специалистами. Среди эффективных диагностических методик про-

фессиональных предпочтений в начальной школе могут быть использованы общие проективные методики на ассоциации с профессиями, наблюдение, анкетирование, тестовые методики для проверки знаний о профессиях.

***Планируемый результат профориентационной работы обучающихся начальной школы:***

1. Может рассказать, почему труд — это ценность, и объяснить, как профессиональная деятельность связана с жизнью человека.
2. Уважительно относится к специалистам разных профессиональных сфер.
3. Может в общих чертах описать разные профессии, рассказать, для чего они нужны и где работают их представители.
4. Может назвать несколько важных личных качеств для реализации профессиональной деятельности (ПВК, гибкие навыки).
5. Различает сферы труда и знает о существующих направлениях, а также о профессиях будущего.

## Особенности профессиональной ориентации и самоопределения в основной школе

При реализации задач профориентации важно учитывать особенности возраста. Для 5–7 классов следует обратить особое внимание на смену ведущей деятельности (на передний план выходит интимно-личностное общение со сверстниками, обучение уходит на второй); частую смену интересов; поиск идентичности через деятельность. Возникает «чувство взрослости» — особая форма новообразования сознания, через которое подросток сравнивает себя с другими, находит образцы для подражания, перестраивает свою деятельность и отношения. Ведется усиленная работа по совершению профессиональных проб школьниками, что позволяет в деятельности проявить наиболее интересные для себя направления; становятся доступными программы погружения в профессиональное направление, начинает формироваться рефлексия.

### ***Задачи профориентации в средней школе, 5–7 классы:***

1. Формирование ценностного отношения к собственному выбору профессии как значимому жизненному выбору.
2. Установление связи знаний, полученных по преподаваемым в школе предметам, с возможностью их применения в трудовой деятельности в будущем.
3. Формирование понимания того, какие знания, умения, компетенции и навыки, а также личностные компетенции нужны различным специальностям (профессиональные навыки, гибкие навыки, навыки заботы о себе, ПВК).
4. Формирование исходных представлений о разделении труда и взаимодействии работника и работодателя в трудовой деятельности.
5. Формирование представления о том, как устроено рабочее место у работников различных специальностей.
6. Совершение профессиональных проб и участие во внешних профориентационных мероприятиях.
7. Знакомство с рынком труда России.
8. Знакомство с основными способами поиска информации о профессиях, специальностях, вакансиях.
9. Знание и понимание различий следующих ступеней образования.
10. Формирование позитивного отношения к рабочим профессиям и образовательным организациям СПО.

11. Ориентация в профессиональных сферах и направлениях будущего.

12. Знакомство с технологиями профессионального выбора.

**Рекомендуемые формы:** профориентационные диагностики, ток-шоу, круглые столы, дискуссии, тренинги, квесты, углубленные профессиональные пробы, беседы о будущем выборе профессии.

**Планируемый результат профориентационной работы обучающихся 5–7 классов школы:**

1. Может объяснить, почему для него значим выбор профессии.
2. Видит связь учебных предметов с профессиями.
3. Понимает, какие знания, умения, навыки, компетенции нужны различным специалистам.
4. Разбирается во взаимодействии работника с работодателем и основных положениях трудовой этики.
5. Имеет опыт совершения профессиональных проб.
6. Умеет искать информацию о профессиях.
7. Может рассказать о различиях обучения в СПО и высшем учебном заведении.
8. Имеет представление о технологиях профессионального выбора.

В 8–9 классах становятся доступными более сложные профессиональные пробы, но наиболее значимым становится развитие мягких навыков. Основной упор делается на исследовании себя, развитии навыков самоопределения и самоорганизации, особую важность приобретают этап погружения в профессиональное направление, освоение технологий выбора и самоопределение с последующей профессиональной и образовательной траекторией.

При реализации задач профориентации обучающихся 8–9 классов также важно учитывать особенности возраста. Следует обратить внимание на то, что для данного возрастного периода характерны: отношение к обучению как к возможности для саморазвития; развитие самосознания и индивидуальности; формирование готовности к профессиональному самоопределению; кризис юношеского возраста.

**Задачи профориентации в средней школе, 8–9 классы:**

1. Формирование первичных представлений о возможности реализации своих ценностей, профессиональных интересов и целей в профессиональной деятельности.
2. Освоение технологий исследования себя, своих индивидуальных характеристик, профессиональных интересов и желаний, спо-

собностей, компетенций, возможностей, в т. ч. осознание особенностей здоровья.

3. Расширение представлений и знаний о профессиях и компетенциях будущего.
4. Ориентирование в тенденциях рынка труда в интересующей профессиональной сфере.
5. Знакомство с основами трудоустройства и трудовых отношений.
6. Развитие гибких навыков (рефлексии, коммуникации, командного взаимодействия, тайм-менеджмента, компетенций будущего и т. д.).
7. Формирование навыков совершения выбора и применения технологий выбора.
8. Определение профессиональной сферы и направления, выбор профессии и дальнейшей образовательной траектории.
9. Погруженное знакомство с СПО своего региона и России в целом.
10. Первичное знакомство с высшими учебными заведениями.

**Рекомендуемые формы:** профориентационные диагностики, ток-шоу, круглые столы, решение профессиональных кейсов, хакатоны, дискуссии, тренинги, квесты, углубленные профессиональные пробы, беседы о будущем выборе профессии, индивидуальная работа с профориентологом, профессиональные интенсивы (смены, длительные программы, выездные программы), проектные сессии, профессиональные конкурсы, волонтерская деятельность, посещение дней открытых дверей, стажировки.

**Планируемый результат профориентационной работы обучающихся 8–9 классов:**

1. При выборе профессии опирается на свои ценности.
2. Понимает свои индивидуальные характеристики, профессиональные интересы, способности, компетенции, профессиональные желания, возможности (в том числе осознает особенности здоровья).
3. Имеет достаточно развитые гибкие навыки, понимает, какие из них наиболее востребованы для определенных профессий.
4. Понимает тенденции развития рынка труда.
5. Знает компетенции, навыки и профессии будущего.
6. Знает основы написания резюме и прохождения собеседований, трудоустройства.
7. Умеет применять технологии выбора.
8. Может осуществить осознанный выбор будущей профессии.

9. Знает подходящие СПО и образовательные организации высшего образования.
10. Осознанно подходит к выбору дальнейшей ступени образования.

## Особенности профессиональной ориентации и самоопределения в средней школе

Учитывая возрастные особенности обучающихся 10–11 классов, при реализации задач профориентации следует обратить внимание, что интеллектуальная деятельность в этом возрасте приобретает особую аффективную окраску, связанную с самоопределением старшего школьника и его стремлением к выработке своего мировоззрения. Именно это аффективное стремление создает своеобразие мышления в старшем школьном возрасте. Назначение периода юности в жизни каждого человека состоит в том, чтобы расширить горизонты познания реального мира, других людей, а также себя самого. Молодым людям необходимо выработать ко всему этому свое отношение, найти свое место в обществе и определить жизненные задачи. Отсюда повышенное внимание старшеклассников к универсальным законам природы и человеческого бытия. Они стремятся постичь теоретические и методологические основы научных дисциплин. Возникает острый интерес к изучению человеческих возможностей и внутреннему миру человека, склонность к самоанализу и самооценке, приобретает навык рефлексии.

### ***Задачи профориентации в средней школе, 10–11 классы:***

1. Формирование первичных представлений о возможности реализации своих ценностей в профессиональной деятельности.
2. Постановка цели обучения на следующей ступени образования, фиксация ее связи с профессиональной реализацией.
3. Построение профессионального и образовательного трека, который основывается на знаниях о своих индивидуальных особенностях, собранной информации об интересующих профессиях и опыте совершения профессиональных проб, критериях профессионального выбора.
4. Погруженное знакомство с вузами своего региона и России.
5. Освоение технологий альтернативного профессионального выбора (если специальность перестанет быть востребованной, при недостаточном для поступления в вуз результате экзаменов, смене места жительства и др.)
6. Участие в профессиональных стажировках, конкурсах.
7. Уточнение профессионального выбора.
8. Направленное развитие гибких навыков в соответствии с выбранной профессией.
9. Формирование компетенции непрерывного обучения как образа жизни.

10. Формирование представлений о развитии основных технологий, компетенций и профессий будущего.
11. Ориентирование на современном рынке труда и в прогнозах востребованных профессий в будущем.
12. Опыт применения знаний основ трудоустройства и трудовых отношений.
13. Определение необходимых экзаменов для сдачи ЕГЭ.

**Рекомендуемые формы:** профориентационные диагностики, тренинги, профессиональные пробы в реальных условиях с высокой сложностью (на полигонах и предприятиях работодателей), решение профессиональных кейсов, хакатоны, индивидуальная работа с профориентологом, профессиональные интенсивы (смены, длительные программы, выездные программы), проектные сессии, стажировки, профессиональные конкурсы, волонтерская деятельность, посещение ярмарок профессий.

**Планируемый результат профориентационной работы обучающихся 10–11 классов:**

1. Может развернуто рассказать, как его ценности будут реализовываться в профессии.
2. Может обосновать цель выбранной следующей ступени образования.
3. Следует составленной ранее карте профессионального и образовательного трека.
4. Знает и посетил вузы, СПО, которые обучают выбранной специальности.
5. Имеет опыт профессиональных стажировок и участия в профессиональных конкурсах.
6. Обладает хорошо развитыми гибкими навыками в выбранной профессии.
7. Обладает элементами компетенции непрерывного обучения.
8. Имеет сформированное представление о развитии основных технологий, компетенций и профессий будущего.
9. Ориентируется на рынке труда.
10. Имеет опыт прохождения собеседования (возможно в имитированной форме, но с реальными специалистами).

## Дополнительные ресурсы по профориентации

### Информационные ресурсы

1. **Сайты вакансий** ([Trudvsem.ru](http://Trudvsem.ru), [Headhunter.ru](http://Headhunter.ru), [Rabota.ru](http://Rabota.ru), [Superjob.ru](http://Superjob.ru) и др.) — это ресурсы, в которых отражены реальные требования работодателя к специалисту, его обязанностям на рабочем месте. Изучение этих ресурсов полезно и для того, чтобы понимать, как в дальнейшем строить поиск работы.
2. [Proforientator.ru](http://Proforientator.ru) — портал, содержащий статьи и тесты по профориентации.
3. **«10 глупых вопросов»** (от канала «ЖИЗА») — серия интервью, в которых специалисты отвечают на вопросы о своей профессии, раскрывая ее сущность (на YouTube, в ВКонтакте, на Яндекс.Музыке)<sup>24</sup>.
4. **«Шоу профессий»** — проект, который в формате видеовыпусков рассказывает о различных профессиях (в ВКонтакте<sup>25</sup>).
5. **Статьи «Тинькофф Журнал»**, раздел [Дневник трат](#)<sup>26</sup>. «Дневники трат» описывают одну неделю из жизни специалиста конкретной профессии с реальной зарплатой и реальными тратами.
6. **Сайты вузов и колледжей, группы выпускников** в социальных сетях.
7. Сайт [Типичный абитуриент](#)<sup>27</sup> с правдивыми отзывами студентов о вузах.
8. **ТВ-программы:** «Профессия»<sup>28</sup> (архивные видео телеканала «Просвещение») — сюжеты об истории профессии и рабочем дне специалистов данных профессий; «[Есть такая профессия](#)»<sup>29</sup> (Карусель.ТВ) — программа, в которой ведущий пробует себя в разных профессиях и делится впечатлениями.

<sup>24</sup> <https://www.youtube.com/channel/UCI1kMGGuS1GQG0ILUWWP5zQ>; [https://vk.com/zhiza\\_show](https://vk.com/zhiza_show); <https://music.yandex.ru/album/10441350>

<sup>25</sup> <https://vk.com/showprofessions>

<sup>26</sup> <https://journal.tinkoff.ru/selected/expenses-diary/>

<sup>27</sup> <https://tabiturient.ru/>

<sup>28</sup> <http://prosveshenie.tv/tvshow/%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%8F/>

<sup>29</sup> [https://www.karusel-tv.ru/announce/9270-est\\_takaya\\_professiya](https://www.karusel-tv.ru/announce/9270-est_takaya_professiya)



**институтвоспитания.рф**



**КРАСНЫЙ КОНЬ |  
ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ**