

Департамент образования и науки Курганской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение
«Курганский государственный колледж»

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«АДАПТАЦИЯ МОЛОДОГО
ПРОФЕССИОНАЛА НА РЫНКЕ ТРУДА»**

Курган 2017

Программ внеурочной деятельности «Адаптация молодого профессионала на рынке труда» по всем специальностям среднего профессионального образования

Разработчики:

Организация-разработчик:

ГБПОУ «Курганский государственный колледж»

Разработчик:


Варфоломеева Екатерина Владимировна., специалист службы маркетинга, преподаватель ГБПОУ «Курганский государственный колледж»

Согласованна с руководителем центра содействия трудоустройству выпускников ГБПОУ КГК

 Ю.В. Щеккина

«6» 09 2017 г.

Утверждена

Заместитель директора по УВР
 Брыксина Т.Б.

«06» сентября 2017 г.

©Варфоломеева Е.В., ГБПОУ КГК

©Курган, 2017

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АДАПТАЦИЯ МОЛОДОГО ПРОФЕССИОНАЛА НА РЫНКЕ ТРУДА»

1.1. Область применения программы «Адаптация молодого профессионала на рынке труда» направлена на формирование навыков и умений в области адаптации на рабочем месте у выпускников колледжа

1.2. Программа реализуется в свободное от образовательного процесса время, в рамках проведения заседаний центра «Перспектива» или классных часов

1.3. Цели и задачи программы – требования к результатам освоения полученных знаний и умений:

В результате освоения программы обучающийся должен уметь/владеть:

- уметь анализировать информацию о современном состоянии и тенденциях развития рынка труда: соотносить спрос и предложение по своей специальности на рынке труда, выявлять конъюнктуру рынка труда;
- уметь использовать различные источники информации в целях рассмотрения возможностей трудоустройства;
- владеть способами анализа своей конкурентоспособности;
- уметь провести оценку своей конкурентоспособности;
- владеть способами анализа собственных профессиональных целей и ценностей, способами выработки реалистических ожиданий от будущей работы;
- уметь оценить и уверенно назвать свои сильные качества как работника: знания, умения, навыки, личностные качества и др.;
- уметь составить свой профессионально-психологический портрет в соответствии с правилами целевой направленности, полноты, конструктивности, позитивности;
- уметь подготовить и провести презентацию своих компетенций, позитивных личностных качеств, навыков, умений, возможностей в ситуациях поиска работы и трудоустройства;

- владеть навыками подготовки пакета презентационных документов: профессионального резюме, мини-резюме, автобиографии, сопроводительного письма, поискового письма, рекомендации;
- иметь в наличии пакет своих презентационных документов;
- владеть способами поиска работы, использования «Плана поиска работы»;
- владеть способами структурного, процессуального и ролевого анализа делового общения;
- владеть способами проведения собеседования при приеме на работу;
- владеть способами подготовки к испытаниям при приеме на работу;
- уметь выполнять различные типы заданий при приеме на работу;
- уметь составить трудовой договор; анализировать содержание, структуру и оформление документов трудоустройства (трудовой договор, приказ о приеме на работу, запись в трудовой книжке, заявление);
- объективно оценивать предложенные работодателем условия найма с позиции защиты трудовых прав работников;
- выявлять отличия: трудового договора от гражданско–правового договора в сфере труда; срочного трудового договора от трудового договора, заключенного на неопределенный срок;
- оценивать содержание социального пакета;
- уметь осуществлять поиск необходимой информации в нормативно-правовых актах и других источниках;
- использовать приобретенные умения для собственного эффективного трудоустройства и защиты, трудовых прав по окончании профессиональной образовательной организации;
- владеть способами адаптации на рабочем месте: уметь анализировать свое поведение и соотносить его с показателями адаптации; уметь подготовить к первому рабочему дню, первым дням и месяцам работы;
- владеть приемами и способами саморегуляции (не менее 3) для управления поведением в напряженных (стрессовых) ситуациях;

- владеть способами разработки плана профессионального развития;
- иметь индивидуальный план профессионального развития.

В результате освоения программы обучающийся должен знать:

- основные понятия и их значение для эффективного поиска работы и трудоустройства;
- структуру рынка труда, современные тенденции российского и регионального рынка труда и рынка профессий;
- ключевые составляющие конкурентоспособности; способы анализа и повышения конкурентоспособности на рынке труда;
- преимущества целенаправленного поведения в ситуации поиска работы, способы повышения эффективности постановки целей;
- структуру и способы составления профессионально-психологического портрета и собственного портфолио;
- целевое назначение, виды, структуру и требования к подготовке презентационных документов: профессионального резюме, CV (курикулумвитэ), мини-резюме, автобиографии, сопроводительного письма, поискового письма, рекомендации;
- основные пути и способы поиска работы, их возможности;
- возможные затруднения, связанные с поиском работы, и способы их преодоления;
- структуру и этапы делового общения, вербальные и невербальные компоненты и средства общения;
- трудности делового общения (коммуникативные барьеры, конфликты, манипуляции в процессе взаимодействия) и основные способы их преодоления;
- требования к подготовке и прохождению собеседования при приеме на работу;
- основные формы испытаний, используемых при приеме на работу;

- документы, необходимые работнику при приеме на работу и оформления трудового правоотношения работника и работодателя;
- документы, необходимые работнику при приеме на работу;
- условия заключения трудового договора, его содержание, гарантии при его заключении; положения, статьи Трудового кодекса, раскрывающие вопросы трудоустройства и содержания трудового правоотношения;
- процедуру трудоустройства; документы, необходимые работнику при приеме на работу;
- условия заключения трудового договора, его содержание, гарантии при заключении;
- нормативно-правовые акты, помогающие понять условия трудового договора, принципы защиты трудовых прав; преимущества организации своей профессиональной деятельности в соответствии с требованиями трудового права, по трудовому договору;
- виды адаптации, критерии успешной адаптации; основные задачи работника в период адаптации; типичные трудности адаптации и способы их разрешения; приемы саморегуляции и поведения в сложных (стрессовых) ситуациях;
- общие характеристики, стадии и возможности профессионального развития.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы:

- обязательный объем для обсуждения тем не менее 24 часов;
- практические занятия – 12 часов;
- самостоятельной работы обучающихся 16 час.;

-индивидуальная консультация преподавателя по затруднениям в процессе выполнения самостоятельной работы обучающимся, рекомендуется выделить 1 час на 1 обучающегося.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ

2.1. Объем занятий по программе и виды работ:

Вид работ:	Количество часов:
Количество часов на общее усвоение материала	24
В том числе:	
Практические занятия	12
Самостоятельная работа	16
Итоговое тестирование на выявление уровня усвоения программы	1

2.2 Тематический план и содержание программы внеурочной деятельности «Адаптация молодого профессионала на рынке труда».

Наименование тем	Содержание материала, практические занятия и самостоятельная работа студентов	Объем часов
1	2	3
Тема 1. Рынок труда и профессий: современные тенденции	Содержание материала: Основные понятия, значимые для темы: безработица, вакансия, востребованные профессии, дефицитные профессии, должность, занятость, инфраструктура и конъюнктура рынка труда, невостребованные (трудоизбыточные) профессии, предложение рабочей силы, профессия, профессиональные группы, рабочая сила, рынок профессий, рынок труда, специальность, спрос на рабочую силу, цена рабочей силы, экономическая деятельность. Общая характеристика рынка труда и рынка профессий. Структура рынка труда. Спрос и предложение на рынке труда. Занятые и безработные. Современное состояние и тенденции российского и регионального рынка труда, рынка профессий. Источники и носители информации о рынке труда, рынке профессий. Способы анализа информации о состоянии и тенденциях развития рынка труда.	1
	Самостоятельная работа: Анализ состояния современного рынка труда и рынка профессий	2
Тема 2. Конкурентоспособность выпускников	Содержание материал: Основные понятия, значимые для темы: бренд, конкурентоспособность, конкурентные преимущества, профессиональная компетентность, работодатель, самопрезентация, требования работодателей к работнику. Формирование представлений о конкурентоспособности работника на современном рынке труда. Основные характеристики конкурентоспособности. Ее ключевые составляющие: общие и профессиональные компетенции (конкурентные преимущества). Портрет конкурентоспособного человека на рынке труда. Способы изучения своих профессиональных конкурентных преимуществ: анализ видов деятельности, функциональных задач и профессиональных компетенций выпускников, требование работодателей. Способы повышения конкурентоспособности.	1
	Практические занятия: Составление портрета конкурентоспособного человека. Выделение характеристики конкурентоспособного человека. Поведение деловой игры «Конкурентоспособный человек»	1
	Самостоятельная работа : Знакомство с результатами опроса россиян в отношении конкурентоспособности.	2
Тема 3. Определение целей поиска работы	Содержание материала: Основные понятия, значимые для темы: визуализация, возможности предоставляемой работы, дерево целей, долгосрочная цель, желаемый результат, конечная цель, краткосрочная цель, критерии поиска работы, критерии хорошо поставленной цели, ожидания от работы, постановка цели, промежуточная цель, профессиональный мотив, профессиональная направленность, цель, целенаправленное поведение, целеполагание, целеустремленность. Преимущества целенаправленного поведения при поиске работы и трудоустройства. Ценностные и целевые ориентиры при поиске работы. Анализ профессиональных ценностей. Построение образа желаемого будущего, составление карты ожиданий от будущей работы: оценка значимости профессиональных ожиданий, определение критериев предпочтительности при поиске работы, формулирование целей поиска работы, выстраивание временной перспективы, проверка сформулированных целей на жизнеспособность. Определение ценностных и целевых ориентиров при поиске работы. Составление списка	1

	возможных вариантов поиска работы и трудоустройства	
	<p>Практические занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Построение образа желаемого будущего. 2. Составление карты ожиданий от будущей работы. 3. Определение критериев предпочтительности при поиске работы. 4. Формулирование цели поиска работы. 5. Выстраивание временной перспективы. 6. Проверка сформулированной цели на жизнеспособность 	2
	<p>Самостоятельная работа:</p> <p>Определение своих ожиданий от будущей работы. Поиск возможных вариантов своего трудоустройства.</p>	2
Тема 4 Возможности и ограничения при поиске работы.	<p>Содержание материала:</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: карта опыта, личные и профессиональные ресурсы, ограничения при поиске работы, образ «Я», позитивный образ «Я», портфолио, преимущества человека как работника, преимущества образования, преимущества молодого возраста, профессионально-психологический портрет, самооценка, самопознание, требования к специалисту. Самопознание и формирование позитивного «Я» при поиске работы. Составление профессионально-психологического портрета: образование, общие и профессиональные компетенции, опыт, мотивация, профессиональные цели и ценности, личные качества, достижения в разных сферах. Формирование представления о структуре, правилах и способах формирования собственного портфолио (мой портрет, достижения, коллектор и др.). Подготовка и проведение презентации своих позитивных личностных качеств, навыков, умений, возможностей в ситуации трудоустройства</p>	1
	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определение своих сильных сторон и преимуществ как специалиста. 2. Составление своего профессионально-психологический портрета. 3. Разработка структуры собственного портфолио. 4. Подготовка текста саопрезентации, проводим ее репетицию и самопрезентацию перед «работодателем». 	1
	<p>Самостоятельная работа:</p> <p>Формирование своего профессионально-психологический портрет. Подготовка к самопрезентации. Составление портфолио.</p>	6
Тема 5. Подготовка презентационных документов и материалов	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: автобиография, мини-резюме, презентационные документы, поисковое письмо, профессиональное резюме, рекомендация, служба управления персоналом, соискатель, сопроводительное письмо. Основные презентационные документы, запрашиваемые работодателями на современном рынке труда. Виды презентационных документов: основные презентационные документы и дополнительные или сопутствующие. Целевое назначение, виды, структура и требования к подготовке презентационных документов, основные ошибки при их подготовке. Освоение обучающимися навыков подготовки презентационных документов: автобиографии, мини-резюме, презентационные документы, поискового письма, профессиональное резюме, рекомендации, сопроводительного письма. Разработка каждым</p>	1

	обучающимся пакета презентационных документов, его экспертиза, доработка (корректировка) и оформление.	
	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с основными и сопутствующими презентационными документами. 2. Подготовка пакета презентационных документов и осуществление его взаимного анализа. 	1
Тема 6. Стратегия и тактика поиска работы	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: активно-действенный (активный) путь поиска работы, джоб-портал, дистанционная работа (фриланс), информационно-поисковый (пассивный) путь поиска работы, многоуровневый маркетинг, план поиска работы, поисковый визит (звонок), способы поиска работы, рассылочные сервисы, рекрутер, рекрутмент, стратегия поиска работы, тактика поиска работы. Пути и способы поиска работы, возможности и ограничения. Информационно-поисковый (пассивный) путь поиска работы, его основные способы: анализ объявлений о вакансиях; анализ информации, размещенной работодателями о себе; их практическое освоение обучающимися. Активно-действенный (активный) путь поиска 1 работы, его основные способы: обращение в посреднические структуры для расширения возможностей поиска работы; привлечение друзей, родственников, знакомых для поиска вариантов занятости; поисковые действия (в т.ч. телефонные звонки: поисковые и по вакансиям; личные обращения в кадровые службы и к руководителям предприятий); размещение информации о себе; рассылка презентационных документов; участие в информационно-деловых встречах для выпускников; использование собственного информационного сайта, страничек в социальных сетях. Их практическое освоение обучающимися. План поиска работы. Ошибки и затруднения при поиске работы, способы их преодоления. Формирование представлений о возможных видах мошенничества при трудоустройстве. Возможные варианты занятости выпускников. Оценка готовности к поиску работы. Освоение способов разработки и реализации Плана поиска работы обучающимися.</p>	1
	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ объявлений о вакансиях. 2. Ролевая игра «Делаем звонок работодателю». 3. Тестовое задание «Умеете ли вы говорить по телефону» 	1
Тема 7. Деловое общение в ситуации поиска работы и трудоустройства	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: вербальная коммуникация, деловое общение, кодирование информации, коммуникативные барьеры, коммуникация, манипуляция в процессе взаимодействия, невербальная коммуникация, общение, способы разрешения коммуникативных конфликтов. Функции и отличительные признаки делового общения. Структура делового общения. Структурный анализ делового общения. Вербальные и невербальные средства общения. Процессуальный анализ делового общения. Ролевой анализ делового общения на основе теории Э. Берна. Трудности делового общения: коммуникативные барьеры, конфликты, манипуляции и пути их преодоления. Самоанализ готовности обучающихся к деловой беседе.</p>	1
	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение значения жестов людей. 2. получение навыков по моделированию голоса и тона. 3. Определение ролевых позиций. 4. Подбираем способы преодоления типичных манипуляций в общении. 	2
	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Оценка готовности к деловой беседе. Проведение самооценки «Насколько приятным человеком в общении я являюсь?».</p>	2

<p>Тема 8. Подготовка и прохождение собеседования при поиске работы и трудоустройстве</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: виды собеседования при приеме на работу, готовность к собеседованию, закрытые вопросы, ознакомительное собеседование, отборочное собеседование, открытые вопросы, предварительное собеседование, программа собеседования, собеседование при приеме на работу. Структура и назначение собеседования при приеме на работу. Виды собеседования. Подготовка к собеседованию. Типичные вопросы работодателей. Отработка навыков проведения собеседования, формирование готовности ответить на типичные вопросы, возникающие в процессе собеседования. Отработка способов поведения на собеседованиях в разных ситуациях и способов преодоления возможных трудностей во время прохождения собеседования при приеме на работу</p>	<p>1</p>
	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение темы «Что надо сделать при подготовке к собеседованию». 2. Отработка способов поведения на собеседовании в разных ролевых ситуациях. 	<p>1</p>
	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Отрабатываем ответы на типичные вопросы, возникающие в ходе собеседования. Составляем собственный перечень вопросов для собеседования. Проводим самооценку готовности к прохождению собеседования.</p>	<p>2</p>
<p>Тема 9. Прохождение испытаний при трудоустройстве</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: анкетирование, биографический метод, групповая работа, интервьюирование, испытания при приеме на работу, медицинская экспертиза, мотивация достижения, наблюдение, опрос экспертов, пробная работа, профессионально-важные качества. профессиональная мотивация, профессиональная проба, способности, тест, тестирование. Основные формы и методы испытаний при приеме на работу: биографический I (источниковедческий) метод, собеседование (интервью), опрос экспертов, тестирование, анкетирование, наблюдение, пробная работа и т.д. Их характеристика и направленность. Знакомство с типичными вариантами тестовых заданий, предлагаемых при приеме на работу. Подготовка к испытаниям при приеме на работу, ее основные шаги. Приобретение опыта выполнения заданий, используемых для испытания при приеме на работу: пробное тестирование по трем различным тестам, выбранным самостоятельно. Метод «Центра оценки» при приеме на работу.</p>	<p>1</p>
	<p>Практические занятия</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с вариантами тестовых заданий, предлагаемых при приеме на работу. 2. Знакомство с методом «Центр оценки» при приеме на работу. 3. Составление памятки «Как подготовиться к испытаниям при приеме на работу». 	<p>1</p>
<p>Тема 10. Правовые основы трудоустройства</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Основные понятия, значимые для темы: гражданско-трудовой договор, индивидуальный предприниматель, испытательный срок, коллективный договор, нормативно-правовой акт, работодатель, работник, содержание трудового договора, социальный пакет, трудовое право, трудовой договор, Трудовой кодекс РФ, трудовые правоотношения, физическое лицо (гражданин), юридическое лицо. Основные вопросы и документы, которые необходимо знать при приеме на работу и оформлении трудового правоотношения работника и работодателя. Возраст, при котором допускается заключение трудового договора. Документы, предъявляемые при заключении трудового договора. Отличия гражданско-правового договора от трудового договора. Содержание трудового договора. Виды трудовых договоров. Срочный трудовой договор. Вступление</p>	<p>1</p>

	трудового договора в силу. Порядок приема на работу. Испытательный срок при приеме на работу. Категории работников, которым не устанавливается испытательный срок	
Тема 11. Адаптация на рабочем месте	Содержание учебного материала Основные понятия, значимые для темы: адаптация, адаптация профессиональная, адаптация производственная, адаптация социально-психологическая, адаптивное поведение, должностная инструкция, испытательный срок, моббинг, организационная (корпоративная) культура, пробная работа, саморегуляция. Виды адаптации. Основные задачи работника в период адаптации. Критерии успешной адаптации. Правильное поведение в первые дни и месяцы работы, обеспечивающие успешную профессиональную и социально-психологическую адаптацию на рабочем месте. Как влияет начало работы на жизнь человека. Преимущества, связанные с началом работы. Подготовка к первому рабочему дню. Ролевая игра «Мой первый рабочий день». Ошибки и затруднения выпускников в период адаптации, способы их преодоления. Понятие о моббинге. Саморегуляция. Управление поведением в напряженных (стрессовых) ситуациях. Формирование обучающимися «Банка приемов саморегуляции».	1
	Практические занятия 1. Проведение ролевой игры «Мой первый рабочий день»	1
Тема 12. Планирование профессионального развития	Содержание учебного материала Основные понятия, значимые для темы: карьера профессиональная, план профессионального развития, планирование профессионального развития, повышение квалификации, профессионализм, профессиональная переподготовка работников, профессиональная подготовка, профессиональное развитие, рынок образовательных услуг, стадии профессионального развития, тип карьеры, траектория профессиональная. Понятие успеха. Истории успеха. Успех и профессиональное развитие. Стадии профессионального развития по Д. Сьюлеру. Типы карьеры. Планирование успешного профессионального развития, его основные шаги. Освоение способов планирования. Формирование обучающимися индивидуального плана профессионального развития.	1
	Практические занятия 1. Планирование своего профессионального развития.	1
Итоговое тестирование на выявление уровня полученных знаний		1

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы требует наличия кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место для каждого обучающегося.
- рабочее место преподавателя.
- технические средства обучения: компьютер и мультимедиапроектор, видеокомплекс.

Должен быть обеспечен доступ обучающихся к сети Интернет и электронной почте, к телефону, к компьютеру.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Российская Федерация. Конституция (1993). Конституция Российской Федерации (текст): офиц. текст.
2. Федеральный закон об образовании № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
3. Комментарии к Трудовому кодексу РФ: с постатейными приложениями материалов / Отв. Ред. С.П.Мааврин, В.А.Сафонов. М.: Проспект, 2011.
4. Трудовой кодекс РФ (в редакции от 30.06.06. с последующими изменениями).
5. Голуб Г.Б., Перельгина Е.А. Введение в профессию: общие компетенции профессионала. Эффективное поведение на рынке труда. Основы предпринимательства: Гиды для преподавателей. - Самара: ЦПО, 2015.
6. Перельгина Е.А. Эффективное поведение на рынке труда: Учебные материалы. - Самара: ЦПО, 2015.

Дополнительные источники:

1. Ефимова С.А. Ключевые профессиональные компетенции: спецификации модулей. - Самара: Изд-во ЦПО, 2007.
2. Зарянова М. Как найти работу за 14 дней: Практическое пособие для тех, кто ищет работу. - СПб.: Речь, 2009.
3. Как успешно пройти собеседование // SuperJob [Электронный ресурс]. – <http://www.superjob.ru/rabota/interview.html>.
4. Ключевые профессиональные компетенции. Модуль «Эффективное поведение на рынке труда» [Текст]: учебные материалы / автор-составитель: Морковских Л.А. - Самара: ЦПО, 2007.
5. Ожегов С.И. Словарь русского языка. - М.: Рус. яз., 1984.
6. Планирование профессиональной карьеры: рабочая тетрадь / Т.В. Пасечникова. - Самара: ЦПО, 2011.
7. Третий не лишний? Трудоустройство через кадровое агентство. Отзывы бывалых. И как отличить хорошее от плохого // Работа.RU [Электронный ресурс]. - http://www.rabota.ru/vesti/career/tretij_ne_lishnij.html.
8. Филина Ф.Н. Справочник наемного работника. - М.: ГроссМедиа: РОСБУХ, 2008.
9. "Кадровик. Кадровое делопроизводство", 2016, N 4 [Электронный ресурс]. - <http://hr-portal.ru>.