



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ТЕОРИИ, МЕТОДИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Профориентация в начальной школе как средство формирования
гибких навыков младших школьников

Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность программы магистратуры
«Психологи и педагогика начального образования и инклюзивного
обучения»
Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

99,36 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« 14 » « мая » 2026 г.

зав. кафедрой ТМиМНО

Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

студентка группы ОФ-221-290-2-1

Пылина Екатерина Андреевна

Научный руководитель:

д.п.н., профессор

Волчегорская Евгения Юрьевна

Челябинск
2026

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ГИБКИХ НАВЫКОВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ПРОФОРИЕНТАЦИИ.....	8
1.1 Понятие «гибкие навыки» в психолого-педагогической литературе ...	8
1.2. Особенности формирования гибких навыков у младших школьников средствами профориентационной деятельности.....	11
Выводы по главе 1	16
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ДИВЕРГЕНТНОГО МЫШЛЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	18
2.1. Задачи и организация исследования.....	18
2.2. Анализ результатов изучения уровня развития мягких навыков младших школьников	21
2.2. Программа внеурочной деятельности «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего», направленная на развитие гибких навыков (soft skills) младших школьников средствами профориентационной деятельности.....	37
Выводы по главе 2.....	49
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	52
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	57
ПРИЛОЖЕНИЕ 1	62

ВВЕДЕНИЕ

Российская система образования претерпевает значительные трансформации, и повышение ее качества становится все более важным на всех уровнях, включая начальный. В этом контексте особое значение приобретают гибкие навыки у младших школьников. Эти навыки являются ключевым фактором для успешной социализации, самореализации и адаптации к быстро меняющейся профессиональной и общественной среде. В современном мире молодые люди все больше ценят способность к успешному общению, умению контролировать свои эмоции и гибко реагировать на меняющиеся обстоятельства.

Государство уделяет большое внимание развитию гибких навыков у младших школьников, что находит свое отражение в различных нормативных актах. Среди них – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 2012 года и Федеральный государственный образовательный стандарт начального образования. Эти документы акцентируют внимание на необходимости формирования у детей ключевых компетенций, личностного роста и способности самостоятельно ориентироваться в системе обучения.

Актуальность проблемы развития гибких навыков у детей младшего школьного возраста привлекает внимание многих ученых. В числе тех, кто внес существенный вклад в исследование этой темы, находятся А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская и И. А. Володарская. Их концепция универсальных учебных действий, основанная на принципе гибкости, получила широкое признание. А. И. Савенков же акцентирует внимание на значимости социальных и коммуникативных способностей как неотъемлемых элементов ключевых компетенций для успешного обучения. И. А. Зимняя анализирует образование через призму компетентностного подхода, который ставит во главу угла формирование ключевых компетенций. В свою очередь, Д. Гоулмен выделяет эмоциональный интеллект как важный элемент мягких навыков. Работы Хекмана и Каутца, Роблес и Шульца демонстрируют, что некогнитивные

способности играют решающую роль в достижении личных и профессиональных успехов. Авторы исследуют структуру этих навыков, их актуальность для работодателей и место в образовательном процессе. В то время как большая часть исследований посвящена развитию гибких навыков у старшеклассников и студентов, изучение этого вопроса в начальной школе пока не получило должного внимания.

Развитие гибких навыков у младших школьников может быть эффективно стимулировано посредством профориентационных мероприятий, проводимых в образовательном учреждении. Значение такой работы на начальном этапе обучения подчеркивается в официальных документах государства. В числе важных документов, определяющих профессиональную ориентацию детей в России, выделяются Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (2012), обеспечивающий им доступ к этой сфере, и Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (2021), направленный на воспитание у школьников ценностей, связанных с трудом и интересом к различным профессиям. Также значимым является Национальный проект «Образование», в рамках которого профессиональная ориентация учащихся признана приоритетной задачей. С 2023 года во всех школах действует Единая модель профориентации, которая охватывает весь период обучения, от начальной до старшей школы.

Изучение вопросов профориентационной работы привлекает внимание многих исследователей. В числе таких ученых выделяются Е. А. Климов, который выдвинул типологию профессий и заложил теоретические фундаменты профессионального самоопределения, Н. С. Пряжников, предлагающий активизировать процесс формирования профессиональной идентичности, и Е. Ю. Пряжникова, рассматривающая профориентацию как многогранную систему психологических и педагогических инструментов. В развитии этой области важную роль сыграли работы многих ученых. Среди них С. Н. Чистякова, которая посвятила себя изучению педагогического сопровождения процесса профессионального самоопределения у студентов,

Н. Ф. Родичев, исследующий специфику профориентационной деятельности на всех уровнях образования, Э. Ф. Зеер, уделяющий внимание психологическим аспектам профессионального роста, Г. В. Резапкина, занимающаяся разработкой диагностических и методических подходов к предпрофильной подготовке, и П. С. Лернер, изучающий профориентацию школьников с точки зрения формирования кадрового потенциала для будущей экономической системы. В то время как основное внимание в научных исследованиях уделяется профориентации подростков и молодежи, недостаточно изучены вопросы, связанные с профориентацией в начальных классах. Важно исследовать специфику этой работы и ее способность способствовать развитию гибкости мышления у детей младшего школьного возраста.

Хотя изучение профессионального самоопределения школьников и разработка профориентационных практик на разных этапах обучения активно ведется, вопрос о специфическом использовании профориентации в начальной школе для формирования у детей младшего школьного возраста гибких навыков остается недостаточно исследованным. Актуальность развития гибких навыков у детей младшего школьного возраста в рамках профориентации становится все более заметной. Однако, этот тренд обнажает важное противоречие: с одной стороны, есть срочная необходимость в методических пособиях, направленных на формирование этих навыков у первоклассников и старшеклассников через профориентационные программы. С другой стороны, имеющиеся методики и подходы к развитию гибких навыков в контексте профориентации не всегда отвечают требованиям современного начального образования, которое претерпевает значительные изменения. Исследование поставило перед собой задачу определения актуальных проблем и противоречий в сфере профориентационной работы с младшими школьниками. В центре внимания – поиск оптимального содержания этой работы, которое способствовало бы развитию гибких навыков у детей начальной школы.

Актуальность, значимость и недостаточная разработанность рассматриваемой проблемы определили выбор темы исследования: «Профориентация в начальной школе как средство формирования гибких навыков младших школьников».

Цель исследования – теоретически обосновать и разработать комплекс профориентационных занятий, направленный на формирование гибких навыков младших школьников.

Объект исследования – процесс формирования гибких навыков у младших школьников.

Предмет исследования – профориентационная работа в начальной школе как средство формирования гибких навыков младших школьников.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

1. Проанализировать сущность, структуру и содержание понятий «гибкие навыки» и «профориентация».
2. Выявить особенности формирования гибких навыков у младших школьников средствами профориентационной деятельности.
3. Провести экспериментальное исследование уровня сформированности гибких навыков у младших школьников и проанализировать его результаты.
4. Разработать комплекс профориентационных занятий, направленный на формирование гибких навыков у младших школьников во внеурочной деятельности.

Для решения исследовательских задач были использованы следующие методы:

- теоретические методы: анализ психолого-педагогической и методической литературы;
- практические методы: анкетирование, тестирование, анализ продуктов деятельности обучающихся;
- методы обработки и интерпретации данных.

Экспериментальной базой настоящего исследования выступило Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей № 11 г. Челябинска». Выборку испытуемых составили 89 обучающихся третьих классов данного образовательного учреждения. Практическая значимость исследования: разработанный комплекс профориентационных занятий, направленный на формирование гибких навыков у младших школьников во внеурочной деятельности, может быть использован в практике работы учителя начальных классов

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ГИБКИХ НАВЫКОВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ПРОФОРИЕНТАЦИИ

1.1 Понятие «гибкие навыки» в психолого-педагогической литературе

В условиях быстро меняющегося образовательного и трудового рынка, значение гибких навыков для студентов становится все более очевидным. Чтобы полноценно осмыслить эту тенденцию, необходимо обратиться к психологическим и педагогическим представлениям о сущности «навыка».

Согласно «Российской педагогической энциклопедии», навык формируется в результате многократного повторения действий, которые со временем становятся автоматическими [31]. Этот навык является неотъемлемым элементом практической работы, позволяя выполнять действия без затруднений и с высокой точностью благодаря систематическим тренировкам и отработке.

С. Л. Рубинштейн определяет навык как автоматизированный компонент сознательной деятельности, формирующийся в процессе ее выполнения. Важно отметить, что, по мнению исследователя, навык не лишен сознательного контроля, а скорее, является результатом осознанного взаимодействия и может быть впоследствии пересмотрен и усовершенствован при необходимости.

Согласно теории деятельности А. Н. Леонтьева, навык рассматривается как операция, которая реализуется в ходе действия и формируется под воздействием конкретной ситуации. Когда навык автоматизируется, он выходит из сферы сознательного управления субъектом. Данное определение позволяет дифференцировать понятия «навыка», представляющего собой автоматизированный процесс, и «умения», которое заключается означает способность сознательно применять знания и навыки в практической деятельности.

Термин «гибкие навыки» (soft skills) был введен в научный оборот за границей в конце XX века, быстро получив признание в сфере менеджмента и кадрового делопроизводства. В России же интерес к ним начал расти с 2010-х годов, что объясняется новыми ожиданиями от качества образования, прописанными в федеральных государственных образовательных стандартах.

В отличие от специализированных знаний, которые составляют основу профессиональных компетенций, гибкие навыки не ограничиваются рамками одной профессии. Они носят общий характер и позволяют человеку успешно общаться, управлять своим временем и работой, приспосабливаться к новым обстоятельствам и находить решения в нестандартных ситуациях.

В работе А. И. Савенкова, посвященной формированию ключевых компетенций, особое внимание уделяется социальным и коммуникативным умениям, которые можно рассматривать как гибкие навыки. Автор подчеркивает важность таких качеств, как командная работа, межличностное общение, умение сотрудничать и эмоциональная саморегуляция [33].

В работе И. С. Сергеева и В. И. Блинова, посвященной компетентностному подходу в образовании, авторы утверждают, что гибкие навыки являются ключевым фактором достижения успеха во всех сферах жизни. К этой категории они причисляют такие качества, как коммуникативные способности, критическое мышление, умение решать проблемы, командная работа, эмоциональный интеллект, самоорганизация и управление временем, а также креативность.

За рубежом ученые, такие как Д. Гоулмен, Г. Гарднер и К. Робинсон, определяют гибкие навыки как набор личностных особенностей и социальных умений, которые позволяют человеку эффективно общаться и действовать в окружающем мире. Д. Гоулмен подчеркивает важность эмоционального интеллекта в этой системе, считая его ключевым компонентом, который охватывает самосознание, самоконтроль, мотивацию, эмпатию и умение взаимодействовать с другими людьми [8].

Изучение психолого-педагогических трудов позволяет выделить ключевые составляющие, формирующие гибкие навыки:

1. Коммуникативный компонент предполагает способность ясно излагать свои идеи, внимательно слушать других, поддерживать диалог, эффективно обрабатывать информацию и обосновывать свою точку зрения.
2. Социальная составляющая подразумевает способность к совместной работе, сотрудничеству, распределению обязанностей и разрешению конфликтов, а также проявление лидерских качеств.
3. Эмоционально-регулятивный компонент подразумевает умение осознавать и контролировать свои чувства, сопереживать другим, а также регулировать собственное поведение и действия.
4. Когнитивный аспект включает в себя критическое мышление, способность к творческому решению проблем и умение справляться с нестандартными ситуациями, генерируя различные варианты ответов.
5. В организационном компоненте важны такие качества, как умение самоорганизовываться, планировать, управлять своим временем, ставить цели и проводить рефлексию.

Гибкие навыки тесно переплетаются с концепцией универсальных учебных действий, предложенной А. Г. Асмоловым, Г. В. Бурменской и И. А. Володарской. Авторы выделяют четыре ключевых типа УУД, которые отражают основные компоненты гибких навыков: от формирования личностных качеств до развития регулятивных и познавательных способностей, а также коммуникативных умений. Гибкие навыки представляют собой более обширную категорию, охватывающую не только академические успехи, но и умения, которые важны для повседневной жизни, эффективного взаимодействия с другими людьми и успешной карьеры.

Гибкие навыки – это универсальные характеристики, не ограничивающиеся сферой профессиональной деятельности. В их состав входят коммуникативные и социальные умения, эмоциональная стабильность, когнитивная гибкость и способность к самоорганизации. Благодаря этим

качествам человек может эффективно общаться, управлять своими поступками и эмоциями, находить нестандартные подходы к решению задач и легко приспосабливаться к изменяющейся ситуации.

1.2. Особенности формирования гибких навыков у младших школьников средствами профориентационной деятельности

Чтобы разобраться в особенностях развития гибких навыков у младших школьников, нужно учитывать психологические и педагогические характеристики этого возраста. Период с 6 до 7 лет до 10-11 лет рассматривается исследователями как чувствительный период, когда формируются важные личностные качества, которые лежат в основе гибких навыков.

Л. С. Выготский считал, что младший школьный возраст – это период, когда дети начинают переходить от мышления, основанного на образах и впечатлениях, к логическому и словесному. В этом возрасте также развивается способность контролировать свои мысли и действия, а также формируется внутренний мир и рефлексия [7]. В своих исследованиях ведущей деятельности в данном возрасте Д. Б. Эльконин подчеркивал, как учебная деятельность способствует развитию теоретического мышления, способности к произвольному управлению своими действиями и осознанности. Именно эти факторы являются ключевыми для формирования когнитивных и организационных основ гибких навыков, которые позволяют эффективно адаптироваться к меняющимся условиям.

В. В. Давыдов отмечал, что младший школьный возраст является периодом формирования учебной деятельности, которая приобретает особый статус в жизни ребенка. Именно в этот период развиваются такие важные навыки, как умение ставить цели, планировать свою деятельность, контролировать и оценивать свои действия [9]. Эти навыки являются

фундаментом для развития гибких навыков, которые характеризуются их организационной структурой.

В своей работе по изучению коммуникативных особенностей обучения у младших школьников Г. А. Цукерман выделила, что совместная учеба способствует развитию навыков сотрудничества, координации действий с товарищами, аргументации собственной позиции и учета чужого мнения [41]. Эти навыки тесно связаны с коммуникативными и социальными составляющими гибких навыков.

Важно подчеркнуть, что младшие школьники характеризуются специфическими возрастными чертами, которые одновременно открывают широкие перспективы и ставят определенные барьеры в развитии гибких навыков. К их преимуществам можно отнести: жадность к знаниям, тягу к взаимодействию с одноклассниками, рост произвольности и саморегуляции, формирование собственной оценки себя и осознания своего «Я», повышенную восприимчивость к усвоению социальных норм и правил. Среди ограничений можно выделить не до конца развитое абстрактное мышление, ограниченный круг социальных взаимодействий, импульсивность и склонность к следованию оценке значимых взрослых.

Рассмотрим понятие «профориентации» в контексте начального общего образования. Профориентация, по сути, представляет собой комплекс мероприятий, охватывающих социально-экономические, психологические, педагогические и медико-биологические аспекты, которые призваны помочь молодежи в выборе профессии и определении своего профессионального пути.

Е. А. Климов, ключевая фигура в развитии отечественной теории профессионального самоопределения, считал профориентацию многогранным процессом, охватывающим такие важные этапы, как профессиональное информирование, диагностика профессиональных склонностей, консультационная помощь и отбор по профессиональным критериям. Он подчеркивал, что путь к профессиональному самоопределению

– это долгий и непрерывный процесс, который начинается задолго до того момента, когда человек окончательно выбирает свою будущую профессию.

Н. С. Пряжников, опираясь на работы Е. А. Климова, предложил активизирующий подход к профессиональному самоопределению, который ставит ученика в центр процесса, превращая его из пассивного получателя информации в активного участника, самостоятельно изучающего себя и планирующего свое будущее в профессиональной сфере [26]. Этот подход особенно актуален для начальной школы, так как именно в это время формируются ключевые черты личности, необходимые для развития активной субъектности.

Исследования С. Н. Чистяковой и Н. Ф. Родичева свидетельствуют о том, что профориентация в начальной школе носит пропедевтический характер. Ее цель не заключается в определении будущей профессии, а в решении важных развивающих задач. К ним относятся: обогащение знаний о различных профессиях и сфере труда, формирование уважительного отношения к труду и трудящимся, развитие любознательности и склонностей, а также освоение первоначальных навыков самопознания и самоанализа.

Изучение актуальных методов профориентации в начальных классах выявляет ряд ключевых направлений ее реализации:

- профессиональная ориентация (углубление понимания сфер занятости, рабочих условий и ключевых профессиональных компетенций);
- это профессиональное введение в мир самосознания, где формируются первые представления о своих увлечениях, талантах и природных задатках;

Это практическая работа, которая включает в себя проектные задачи, ролевые и деловые игры, походы на экскурсии, встречи с людьми из разных сфер деятельности и возможность попробовать себя в разных профессиях в доступном формате.

Настоящее исследование фокусируется на изучении связи между профориентационной деятельностью и формированием гибких навыков у

детей младшего школьного возраста. Изучение методов и подходов к проведению профориентации показывает ее большой потенциал для развития всех составляющих гибких навыков у учащихся.

Развитие коммуникативных навыков в рамках гибких навыков достигается посредством профориентационных мероприятий, включающих беседы с экспертами, интервью с профессионалами разных областей, дискуссии о литературных произведениях, посвященных труду, а также подготовку и защиту творческих проектов. В ходе этих занятий младшие школьники совершенствуют навыки формулирования вопросов, выражения своих мыслей, активного слушания и ведения диалога.

Развитие социальных навыков у учащихся стимулируется участием в коллективных формах профориентационной работы. Это могут быть командные проекты, ролевые и деловые игры, а также совместные творческие задачи. В процессе взаимодействия дети приобретают опыт сотрудничества, учатся эффективно распределять обязанности, находить общий язык и согласовывать решения, а также решать возникающие конфликты.

Формирование эмоционально-регулятивного компонента происходит посредством рефлексии над проделанной работой и обсуждения своих чувств, возникающих в ходе профессиональных проб и знакомства с разными видами деятельности. Профориентационные игры и упражнения способствуют развитию у ребенка навыков саморегуляции, понимания чувств окружающих и проявления эмпатии.

Развитие когнитивных способностей, составляющих гибкие навыки, стимулируется решением задач профориентационного характера, которые требуют нестандартного подхода и творческого мышления. В процессе работы с дивергентными задачами, направленными на анализ профессий и поиск неочевидных решений, младшие школьники совершенствуют свои умения сравнивать, группировать и обобщать данные, формулировать гипотезы, критически оценивать информацию и проявлять креативность.

Формирование организационного компонента осуществляется посредством вовлечения учащихся в проектную деятельность, ориентированную на профориентацию. В рамках такой деятельности учащиеся ставят цели, разрабатывают план работы, распределяют время, осуществляют самоконтроль и оценивают полученные результаты.

Для развития гибких навыков у учеников начальной школы профориентация должна строиться на активных методах обучения. Среди них особое значение имеют проектная деятельность, ролевые и деловые игры, возможность попробовать себя в различных профессиях, дискуссионные площадки, моделирование рабочих ситуаций, экскурсии по предприятиям, творческие мастер-классы и квесты с профориентационным уклоном. Эти методы способствуют активному и практическому освоению студентами не только информации о различных профессиях, но и универсальных навыков, которые лежат в основе гибкости и адаптивности.

Изучение программно-методических материалов, используемых в профориентационной работе начальных школ, демонстрирует наличие разнообразных программ и пособий, призванных познакомить младших школьников с различными профессиями. К таким программам относятся, например, «Тропинка в профессию», «Все работы хороши» и компоненты единой модели профориентации. Большинство существующих профориентационных программ фокусируются на профессиональном просвещении, не выделяя при этом формирование гибких навыков как самостоятельную педагогическую цель. В связи с этим, требуется разработка специализированного комплекса профориентационных занятий, где задача развития гибких навыков станет неотъемлемой частью содержания и методик профориентации.

Таким образом, профориентационная работа в начальной школе обладает значительным педагогическим потенциалом для формирования гибких навыков младших школьников. Разнообразие форм и методов профориентационной деятельности (проектная работа, ролевые игры,

профессиональные пробы, экскурсии, творческие мастерские) создаёт условия для развития всех структурных компонентов гибких навыков: коммуникативного, социального, эмоционально-регулятивного, когнитивного и организационного. При этом необходимым условием эффективности данного процесса является использование активных методов обучения, обеспечивающих деятельностный характер освоения обучающимися содержания профориентационных занятий.

Выводы по главе 1

Изучение психолого-педагогических трудов, посвященных развитию гибких навыков у учащихся начальных классов с помощью профориентации, выявило следующие ключевые моменты:

1. Гибкие навыки – это набор универсальных качеств, которые не связаны напрямую с профессиональными компетенциями. К ним относятся коммуникативные способности, социальные навыки, эмоциональный интеллект, когнитивные функции и умение организовывать свою работу. Эти качества позволяют человеку эффективно общаться с другими, управлять своими действиями и поведением, находить творческие решения проблем и успешно адаптироваться к меняющимся обстоятельствам. Гибкие навыки, хотя и тесно связаны с универсальными учебными действиями, представляют собой более обширное понятие. Они охватывают широкий спектр компетенций, включающих не только академические знания, но и умения, необходимые для успешной жизни, взаимодействия с другими людьми и достижения профессиональных целей.

2. Младший школьный возраст - это критически важный период, когда формируются гибкие навыки. Это связано с развитием таких важных качеств, как произвольное управление своими мыслями и действиями, логическое мышление, способность к самоанализу, а также с началом учебной деятельности и активным общением с окружающими. Важно помнить, что

формирование этих навыков у детей младшего школьного возраста должно учитывать их возрастные особенности и использовать соответствующие педагогические методы и формы работы.

3. Профориентационная работа в начальной школе носит пропедевтический характер и направлена на расширение представлений обучающихся о мире профессий, формирование ценностного отношения к труду, развитие познавательных интересов и первичных навыков самопознания. Анализ содержания и форм профориентационной деятельности показал, что она обладает значительным педагогическим потенциалом для формирования всех компонентов гибких навыков. Наиболее эффективными являются активные методы обучения: проектный метод, ролевые и деловые игры, профессиональные пробы, творческие мастерские, экскурсии, которые обеспечивают деятельностный и практико-ориентированный характер освоения содержания.

Изучение имеющихся программных и методических материалов выявило, что проблема целенаправленного развития гибких навыков у учеников начальных классов с помощью профориентации пока недостаточно освещена в педагогической среде. Это обстоятельство подчеркивает важность разработки специального комплекса профориентационных занятий, которые будут объединять задачи профессионального самоопределения и формирования soft skills у детей младшего школьного возраста.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ДИВЕРГЕНТНОГО МЫШЛЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1. Задачи и организация исследования

Исследование состоялось в челябинском Лицее № 11. В нем приняли участие восемьдесят девять учеников третьего класса, которым на тот момент было от девяти до десяти лет. Все учащиеся данного класса изучают учебную программу «Школа России».

Данное исследование направлено на анализ уровня развития мягких навыков у учащихся начальной школы. Для этого были определены ключевые показатели, которые отражают различные аспекты этих навыков: способность к эмпатии, социальный интеллект, волевая устойчивость (включая настойчивость, самоконтроль и терпение), эмоциональную грамотность (умение распознавать основные эмоции) и социально-эмоциональные компетенции (самосознание, ответственность, умение сотрудничать, справедливость, лидерские качества и позитивное отношение к жизни). Также учитывался субъективный уровень благополучия в качестве контекстуального фактора, влияющего на развитие мягких навыков.

Задачи исследования:

1. Определить диагностический инструментарий для исследования уровня развития мягких навыков младших школьников.
2. Провести диагностику уровня развития мягких навыков младших школьников.
3. Проанализировать полученные результаты.
4. Разработать специальную программу для внеурочной деятельности, направленную на развитие мягких навыков младших школьников через профориентационные мероприятия.

Для изучения уровня развития мягких навыков младших школьников был подобран комплекс из шести диагностических методик, каждая из

которых направлена на измерение отдельного конструкта в структуре исследуемого феномена.

Методика 1. Межличностный индекс реактивности (IRI), М. Дэвис.

Данная методика предназначена для выявления когнитивных и эмоциональных аспектов эмпатии. Опросник состоит из четырех подшкал: фантазии, принятия перспективы, эмпатической заботы и личного дистресса. Участники исследования заполняли бланки самостоятельно, оценивая каждый пункт по пятибалльной системе Лайкерта.

Методика 2. Трёмсёнский опросник социального интеллекта (TSIS).

Данная методика предназначена для измерения социального интеллекта у детей младшего школьного возраста и охватывает три ключевых аспекта: способность к обработке социальной информации, владение социальными навыками и уровень социальной осведомленности. Опросник был модифицирован с учетом возрастных особенностей данной группы.

Методика 3. Опросник «Сильные стороны характера».

Целью данной методики было выявление ключевых ценностных ориентиров и личностных качеств у детей. В частности, исследовались такие характеристики, как социальный интеллект, ответственность, самоконтроль, честность, лидерские качества, способность к командной работе, благодарность и оптимизм. Для исследования использовалась юношеская модификация опросника, специально разработанная для детей от 8 до 12 лет.

Методика 4. Педиатрический опросник качества жизни (PedsQL).

Данная методика используется для измерения изучения влияния субъективного благополучия на формирование мягких навыков, рассматривая его как важный контекстуальный элемент. В опроснике представлены четыре ключевые области: физическое состояние, эмоциональное благополучие, социальные отношения и успеваемость в школе.

Методика 5. Опросник волевой саморегуляции, А. В. Зверьков, Е. В. Эйдман.

Для измерения волевой саморегуляции применялась методика, оценивающая три ключевых аспекта: общую способность к саморегуляции, настойчивость и умение контролировать свои эмоции. Участники исследования отвечали на утверждения, выражая согласие или несогласие с каждым из них.

Методика 6. Методика распознавания эмоций по фотографиям лиц.

Данная методика использовалась для оценки перцептивной составляющей эмоционального интеллекта, которая заключается в распознавании основных эмоций: гнева, печали, обиды, отвращения, радости, презрения, зависти и страха. Участники исследования получали стимульный материал в виде отдельных бланков с изображениями.

Подготовка к проведению тестов.

Перед диагностикой был проведен тщательный подготовительный этап: изучены все методические указания, разработана организационная структура проведения процедуры, изготовлены бланки для каждого участника. Все методики применялись строго по авторским рекомендациям, без отклонений от исходного текста и формулировок. Это необходимо для обеспечения точности и достоверности полученных диагностических результатов, так как любые изменения могут повлиять на их надежность и валидность.

Для минимизации стресса и тревожности у детей во время диагностики были исключены термины, которые могут ассоциироваться с оценкой, такие как «тест», «проверка» и «контроль». Вместо этого, дети выполняли «задания», отвечали на «вопросы» и решали «упражнения», что создало более спокойную и непринужденную атмосферу.

Диагностика проводилась в доброжелательной и безопасной обстановке. Детям объясняли, что нет необходимости искать «правильные» ответы, главное - быть искренним и выражать свои мысли и чувства. Такой подход особенно важен для младших школьников, так как страх и стремление соответствовать ожиданиям могут исказить результаты. Всем участникам диагностики были предоставлены все необходимые материалы: бланки

методик, карандаши и ручки. Стол был освобожден от посторонних предметов. У исследователя под рукой оказались все бланки, инструкции и хронометр.

Руководство по выполнению диагностических тестов

В ходе организационной работы участники получали бланки для заполнения. Сначала проверялись указанные данные: фамилия, имя, класс и дата рождения. Затем был прочитан общий вводный инструктаж.

В ходе сегодняшней активности мы приступим к решению ряда увлекательных задач. Важно понимать, что в них нет единственно верных решений; каждый может выразить свою точку зрения, руководствуясь собственным опытом и чувствами. Честность при ответе крайне важна, а также необходимо воздержаться от оглядки на ответы соседей, поскольку у каждого из нас уникальные взгляды и переживания, которые заслуживают равного уважения. В случае возникновения непонятных моментов, пожалуйста, поднимите руку, и я с радостью предоставлю разъяснения.

Каждая методика имела собственную инструкцию, соответствующую руководству по конкретному диагностическому инструменту. Участникам не ставились искусственные ограничения по времени, но они должны были придерживаться временных рамок, установленных авторами. После завершения диагностики все бланки собирались для проверки на правильность заполнения. Через десять минут тестирование прекращалось, и листы немедленно изымались.

2.2. Анализ результатов изучения уровня развития мягких навыков младших школьников

Анализ социального интеллекта с использованием инструмента TROMSO (Tromsø) и полученных данных.

Исследование, проведенное с использованием опросника социального интеллекта TROMSO, охватило 89 учеников третьего класса (возраст от 9 до

10 лет). Анализ полученных данных и их интерпретация изложены в следующем отчете.

Результаты тестирования показали, что средний уровень социального осознания у младших школьников равнялся 26,9 баллам, в то время как индивидуальные показатели варьировались от 14 до 46. В отношении социальных навыков средний балл составил 38,8, с разбросом от 17 до 56 баллов. Разница между средними показателями этих двух компонентов социального интеллекта (11,9 баллов) указывает на то, что у детей этого возраста наблюдается неравномерное развитие как способности к социальному осознанию, так и навыков взаимодействия с окружающими.

Анализ данных, представленных на рисунке 1, демонстрирует взаимосвязь между уровнем социального осознания и социальными навыками участников исследования.

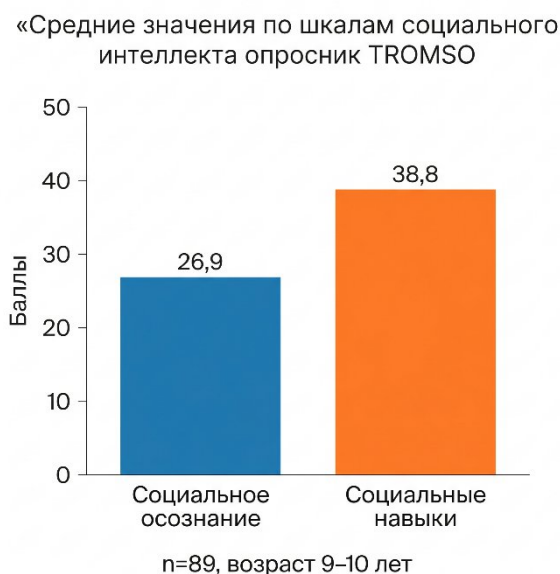


Рисунок 1 – Соотношение показателей социального осознания и социальных навыков младших школьников (опросник TROMSO)

Изучение распределения результатов по шкалам социального осознания и социальных навыков выявило тенденцию к концентрации значений в диапазоне от 20 до 35 баллов для первого показателя и от 33 до 45 баллов для второго. Статистический анализ корреляции между этими шкалами

продемонстрировал слабую обратную зависимость, что свидетельствует о независимости развития социального осознания и социальных навыков у детей этого возраста. Это указывает на неравномерный характер их формирования.

Чтобы глубже проанализировать данные, индивидуальные результаты классифицировались в зависимости от уровня развития каждого компонента: от низкого до высокого.

Результаты исследования по шкале «Социальное осознание» показывают, что у многих детей в возрасте 9-10 лет уровень социального осознания низкий или средний. Высокий уровень наблюдается лишь у небольшого числа участников. Такая тенденция вполне объяснима, ведь в этом возрасте дети только начинают активно развивать способность понимать эмоции и мотивы других людей.

В области социальных навыков третьеклассники показали хорошие результаты. Большинство из них владеют средним и высоким уровнем практических умений в общении: умеют договариваться, адаптироваться к разным ситуациям и эффективно работать в коллективе. Только у небольшого процента детей был зафиксирован низкий уровень развития этих навыков.

Внимание привлекают случаи, когда показатели на двух шкалах расходятся. Среди обследованных обнаружены учащиеся с высоким уровнем социального осознания, но при этом обладающие недостаточными социальными навыками. Это может указывать на сложности в реализации своих знаний о социальных ситуациях в реальной жизни. В то время как высокий уровень социальных навыков сочетается с низким уровнем самосознания, это свидетельствует о доминировании интуитивных и стереотипных поведенческих моделей, лишенных глубокой рефлексии. Также выявлены учащиеся с низкими показателями как в сфере социальных навыков, так и в сфере самосознания. Такие обучающиеся младшие школьники относятся к группе риска и требуют индивидуального подхода в психолого-

педагогической работе, что будет предметом практических рекомендаций исследования.

Анализ результатов опросника «Эмоциональная грамотность»

Анализ результатов диагностики эмоциональной идентификации у третьеклассников позволил выявить особенности сформированности эмоциональной идентификации у третьеклассников.



Рисунок 2 – Распределение третьеклассников по уровням эмоциональной идентификации (методика «Попробуй отгадай»), %

В исследовании, охватившем 89 третьеклассников, было установлено, что 45 детей (53,6%) демонстрируют средний уровень способности к эмоциональной идентификации. Хотя эти дети легко распознают простые эмоции, им оказывается труднее определить более тонкие и социальные чувства, например, презрение, зависть или отвращение. Полученные данные указывают на то, что для большинства учеников этого возраста процесс развития навыка эмоционального распознавания все еще продолжается.

У двадцати участников исследования (23,8%) обнаружен низкий уровень эмоциональной идентификации. Они демонстрируют трудности в определении своих чувств, часто ограничиваясь распознаванием только 1 или 2 эмоций из списка. Кроме того, они склонны к путанице между различными

эмоциями, которые могут проявляться сходно, например, обидой и печалью, гневом и отвращением. Эти ученики представляют собой группу риска, так как их эмоциональный интеллект, в частности перцептивный компонент, недостаточно развит. Это может стать причиной коммуникативных трудностей, конфликтов с одноклассниками и проблем в учебной деятельности.

Среди 89 детей 22,6%, показали высокую степень эмоциональной идентификации. Они успешно определяли большинство представленных эмоций, даже тех, которые отличаются своей сложностью. Это указывает на хорошо развитую способность к различению эмоций и может служить благоприятным фактором для их успешной социальной адаптации.

Анализ результатов свидетельствует о примерно равном распределении детей с низким (23,8%) и высоким (22,6%) уровнем эмоциональной идентификации. Приблизительно половина учащихся демонстрирует средний уровень этого показателя. Такая ситуация подчеркивает важность и необходимость специально организованной работы по формированию эмоционального интеллекта у младших школьников, особенно его перцептивной составляющей.

Анализ результатов опросника «Оценка достоинств ребёнка»

Чтобы выявить сильные стороны личности учеников младших классов, исследователи применили опросник «Оценка достоинств ребёнка», являющийся адаптацией VIA-Youth. В нем содержится 12 шкал, каждая из которых направлена на оценку определенного качества: от способности к логическому мышлению и коммуникации до упорства, целеустремленности, коллективизма, справедливости, лидерских качеств, самоконтроля, благородства, благодарности и энтузиазма. Оценка по каждой шкале осуществляется по шкале от 0 до 10 баллов. Исследование охватило 89 учеников третьего класса. Из-за недостатка или неполноты информации от трех участников исследования, фактический анализ был проведен на основе выборки в 86 наблюдений.

Рисунок 3 демонстрирует средние значения для всех шкал.

Анализ полученных данных показывает, что средний балл по всем шкалам оценивается примерно на уровне 7,2. Это говорит о том, что дети в целом положительно относятся к своим сильным сторонам личности.



Рисунок 3 – Средние баллы по шкалам достоинств третьеклассников

Третьеклассники демонстрируют наиболее ярко выраженные качества, среди которых благодарность (среднее значение 7,9), упорство (7,7), коллективизм (7,6), энтузиазм (7,6) и самоконтроль (7,6). Эти показатели свидетельствуют о том, что у детей этого возраста хорошо развиты такие важные для успешной учебы и жизни черты, как умение ценить чужие заслуги, стремление к достижению поставленных задач, готовность работать в команде и управлять своими эмоциями. Эти качества являются важным личностным преимуществом, которое может стать ключевым фактором успеха как в учебе, так и в общении с другими людьми.

Среди всех качеств, наименьшим развитием обладали лидерские навыки (средний балл 5,7) и способность к логическому мышлению (средний балл 6,0). Это объяснимо с точки зрения возрастной психологии, которая утверждает, что в начальной школе дети только начинают развивать

рефлексивное мышление, критическое отношение к миру и формировать свою индивидуальную позицию в группе. Формирование лидерских качеств и умения аргументированно мыслить – это сложные процессы, которые развиваются у подростков и молодых людей в течение длительного периода.

Оценивая индивидуальные показатели по шкале «Лидерские качества», мы наблюдаем существенную вариативность: от двух до десяти баллов. Это указывает на заметную неоднородность выборки в отношении лидерских качеств. Некоторые учащиеся уже проявляют сформированные лидерские качества, в то время как у большинства они только начинают формироваться. Обнаруженная изменчивость может служить основой для развития эффективных воспитательных и развивающих программ, ориентированных на учащихся этого возраста.

Анализ результатов опроса «Оценка достоинств ребёнка» у третьеклассников показывает общую позитивную картину их сильных сторон. В большинстве случаев наблюдаются социально ориентированные и эмоционально-волевые качества, в то время как когнитивные способности и лидерские качества нуждаются в специальной педагогической поддержке.

Анализ результатов опросника «Оценка субъективного благополучия детей».

Чтобы оценить субъективное благополучие детей младшего школьного возраста, исследователи применили адаптированную версию опросника PedsQL. Этот инструмент состоит из четырех шкал, каждая из которых измеряет определенный аспект благополучия: физическое (здоровье и уровень активности), эмоциональное (субъективные переживания), социальное (взаимодействие с другими) и школьное (отношение к учебе). Кроме того, опросник включает интегральный показатель, который суммирует результаты по всем шкалам и дает общую оценку благополучия ребенка. Оценки по каждой шкале выражаются в баллах от 0 до 100.

Рисунок 4 демонстрирует средние значения для всех шкал.

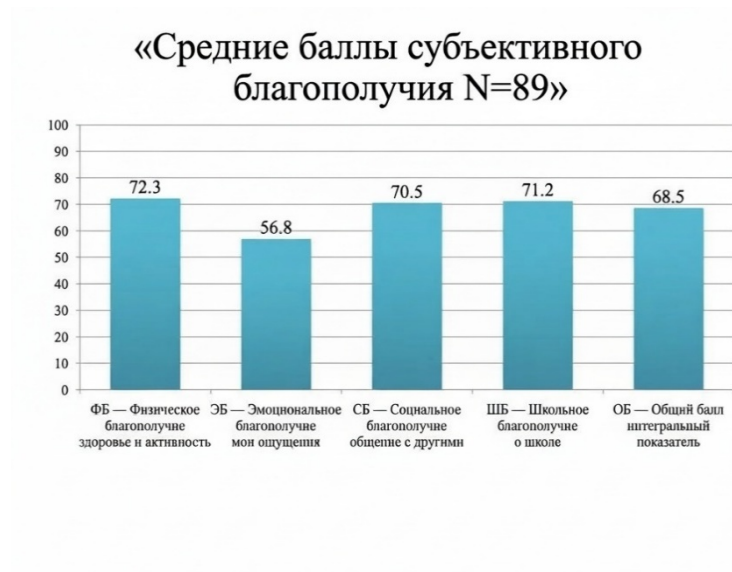


Рисунок 4 – Средние баллы по шкалам субъективного благополучия третьеклассников

Исследования показали, что средний субъективный уровень благополучия у детей равен примерно 68,5 баллам. Этот показатель свидетельствует о среднем уровне удовлетворенности и позитивном восприятии своих состояний в большинстве жизненных областей.

Третьеклассники демонстрируют наибольший уровень благополучия в сферах физического здоровья (средний балл 72,3), школьной жизни (средний балл 71,2) и социальных взаимоотношений (средний балл 70,5). Эти показатели свидетельствуют о том, что дети этого возраста испытывают положительное отношение к своему телу, довольны общением с одноклассниками и чувствуют себя уверенно в школе. Эти области оказывают существенное влияние на личностное благополучие, способствуя успешному обучению и социальной адаптации в этот период жизни.

Эмоциональное благополучие детей в исследуемой возрастной группе демонстрирует наименьший уровень развития, с показателем $M=56,8$. Этот результат указывает на высокую уязвимость эмоциональной сферы у этих детей по сравнению с другими областями, измеренными опросником. Результаты исследования соответствуют выводам возрастной психологии, в частности, теории Л.С. Выготского о развитии младшего школьного возраста.

По его мнению, именно в этот период происходит интенсивное формирование произвольности и самосознания. Вместе с тем, эмоциональная саморегуляция у детей этого возраста еще не достигла полного развития. В связи с этим, ученики 3 класса часто испытывают различные негативные эмоции, такие как страх, грусть, раздражение, беспокойство по поводу будущего, а также нарушения сна. Все это может проявляться в более низких оценках по шкале ЭБ. Полученные данные подтверждают важность специализированной психолого-педагогической помощи в развитии эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста. Это направление должно стать ключевым в системе развивающих и профилактических мероприятий.

Заслуживает внимания широкий спектр результатов, полученных по интегральному показателю. Разница между наивысшим и наименьшим баллом (22,8 и 100 баллов соответственно) подчеркивает существенную вариацию в субъективном благополучии участников исследования. В рамках классификации учащихся по уровню благополучия, где выделяются три категории: высокий (более 75 баллов), средний (от 50 до 75 баллов) и низкий (менее 50 баллов), наблюдается следующая картина: около трети детей демонстрируют высокий уровень благополучия, половина — средний, а оставшиеся 15% — низкий. Это означает, что значительная часть детей, примерно один ребенок из шести, требует постоянного психолого-педагогического сопровождения. Среди учащихся особое внимание необходимо уделить тем, кто получил общий балл ниже 35. Эта категория, составляющая примерно 5-6% от общей выборки, нуждается в приоритетном индивидуальном сопровождении.

В исследовании было обнаружено, что помимо разницы в уровне благополучия, у некоторых детей наблюдается дисгармония в оценке своего субъективного благополучия. То есть, они демонстрируют высокие показатели по некоторым шкалам и низкие — по другим. Такая неоднородность в профиле благополучия свидетельствует о том, что высокий общий результат не всегда означает полное благополучие ребенка во всех

важных для него аспектах жизни. Поэтому при анализе результатов и разработке индивидуальных планов поддержки необходим индивидуальный подход.

Анализ результатов опросника PedsQL показывает, что третьеклассники из исследуемой группы в среднем оценивают свое благополучие как среднее. При этом наиболее высокими показателями характеризуются физические, социальные и школьные аспекты, в то время как эмоциональный компонент существенно ниже. Анализ выявленных данных подчеркивает важность интеграции психолого-педагогической поддержки эмоционального развития младших школьников в образовательный процесс. Важно при этом учитывать индивидуальные особенности и потребности каждого ребенка в области благополучия.

Анализ результатов адаптированного опросника «Межличностный индекс реактивности (IRI) М. Дэвиса»

Представленные данные позволяют выявить особенности сформированности эмпатии у учащихся 3 класса по результатам Межличностного индекса реактивности (IRI) М. Дэвиса.

Распределение учащихся по уровням эмпатии (методика IRI М. Дэвиса)



Рисунок 5 – Распределение учащихся по уровням эмпатии (методика IRI М. Дэвиса), %

Анализ показал, что 84 ученика (94,4% от общего числа) обладают оптимальным уровнем эмпатии, который варьируется от 37,1 до 112 баллов. Их отличает умение понимать и разделять чувства других, проявлять сопереживание и богатое воображение. Такой высокий уровень эмпатии указывает на хорошо развитый эмоциональный интеллект у большей части опрошенных.

Пятнадцать процентов респондентов (5 человек: Саша Бу., Влад П., Гриша П., Дарья Ф. и Максим П1.) продемонстрировали достаточный уровень эмпатии, оцениваемый в диапазоне от 19,1 до 37 баллов. Хотя они способны распознавать эмоции окружающих, в сложных межличностных ситуациях им может быть трудно сохранять баланс между личным переживанием и эмпатией, что может привести к преобладанию собственных эмоций над сочувствием к другим. Эта группа третьеклассников нуждается в усиленном педагогическом сопровождении для совершенствования своих коммуникативных навыков.

В ходе исследования ни один из учеников не продемонстрировал элементарного уровня эмпатии, что отражено в нулевом проценте.

Анализ собранных данных показывает, что большинство младших школьников демонстрируют оптимальный уровень эмпатии (94,4%). Только 5,6% учеников имеют достаточный уровень эмпатии. Важно отметить, что ни один учащийся не показал элементарный уровень эмпатии, что говорит о позитивной социально-психологической атмосфере в школе. Наличие учеников, обладающих достаточным эмоциональным интеллектом, свидетельствует о важности и актуальности специальных программ, направленных на его развитие, особенно на совершенствование аффективных и когнитивных компонентов.

Анализ результатов опросника «Уровень волевой саморегуляции»

Анализ результатов диагностики волевой саморегуляции у третьеклассников позволил выявить особенности сформированности волевой саморегуляции у обучающихся.

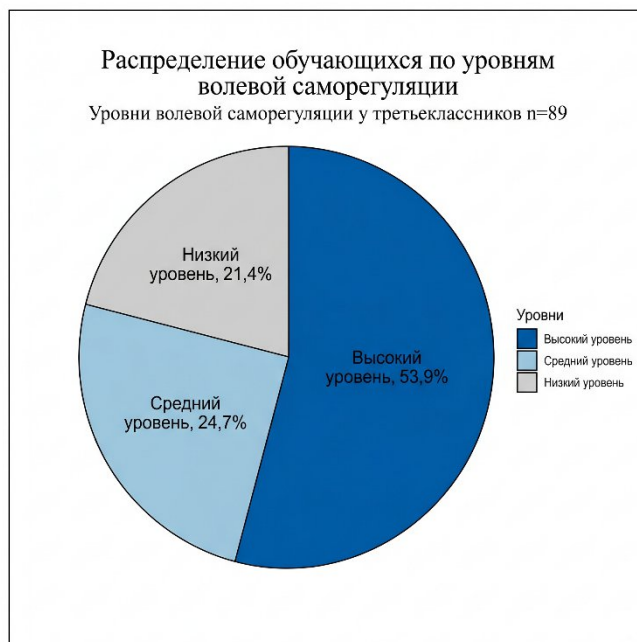


Рисунок 6 – Распределение учащихся по уровням эмпатии волевой саморегуляции.

Среди 89 детей, изученных в исследовании, 48 (53,9%) показали высокую степень волевой саморегуляции. Эти дети отличаются способностью концентрироваться на поставленной цели, противостоять отвлекающим воздействиям и проявлять настойчивость в учебе. Они способны сохранять фокус на задаче, сдерживать импульсивные действия и доводить работу до логического завершения без посторонней помощи. Результаты показывают, что свыше 50% третьеклассников демонстрируют высокий уровень произвольной регуляции. Это свойство играет ключевую роль в успешном обучении и налаживании социальных связей.

У 22% участников исследования (22 ребенка из 89) был зафиксирован средний уровень волевой саморегуляции. Они демонстрируют способность к саморегуляции в обычных ситуациях, но сталкиваются с проблемами при выполнении задач, требующих длительного напряжения воли, преодоления

препятствий или работы в отвлекающей среде. Их волевые проявления нестабильны: регулирование поведения зависит от конкретных обстоятельств и внешних факторов.

У 21,4% участников исследования (19 человек из общей численности 89) диагностирована низкая волевая саморегуляция. Это проявляется в затруднениях с контролем своих действий и поведением: они часто действуют импульсивно, им сложно сохранять концентрацию на поставленной цели и требуют постоянного внешнего руководства и контроля со взрослых. Обучающиеся этой группы относятся к группе риска из-за недостаточной сформированности волевой саморегуляции. Это обстоятельство негативно сказывается на их успеваемости, способности следовать школьным правилам и нормам поведения, а также на качестве общения с другими членами коллектива.

Результаты исследования показывают, что более чем половина третьеклассников (53,9%) обладают хорошо развитой волевой саморегуляцией. Остальные 21,4% учеников сталкиваются с существенными трудностями в контроле своих действий и мыслей. Хотя доля учащихся с высоким уровнем волевых качеств (53,9%) превышает долю детей с низким (21,4%), значительное количество учеников с средним и низким уровнями указывает на необходимость специальных мер по развитию воли у младших школьников. Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса должно быть направлено на решение этой задачи.

Результаты диагностики мягких компетенций у учеников начальных классов: общий анализ и выводы

Исследование, охватившее 89 учеников третьих классов (9-10 лет), использовало шесть диагностических методик для оценки уровня развития их мягких навыков. Результаты исследования предоставили исчерпывающую и многогранную информацию о формировании важных личностных качеств у младших школьников, таких как социальный интеллект, эмоциональная

грамотность, сильные стороны характера, субъективное благополучие, эмпатия и волевая саморегуляция.

Анализ собранных данных выявил ключевые компоненты мягких навыков, которые демонстрируют наибольший и наименьший уровень сформированности среди исследуемой группы. Кроме того, были обнаружены важные взаимосвязи между этими компонентами.

Третьеклассники проявляют наибольший уровень развития мягких навыков, в частности эмпатии и практических социальных умений. Исследование по методике IRI М. Дэвиса показало, что 94,4% учеников достигают наивысшего уровня эмпатии, превосходя результаты всех других проведенных исследований. Результаты исследования соответствуют данным опроса TROMSO, согласно которому уровень социальных навыков у детей этого возраста (среднее значение 38,8) значительно выше, чем уровень социального осознания (среднее значение 26,9). Это свидетельствует о их способности к эффективному общению с ровесниками, проявлению эмпатии, умению договариваться и сотрудничать в коллективе. Опрос VIA-Youth выявил ключевые сильные стороны у школьников: это коллективизм, благодарность и энтузиазм, которые проявляются в тесных социальных связях. Данные опроса PedsQL также показывают, что третьеклассники демонстрируют высокий уровень социального (70,5) и школьного (71,2) благополучия, что говорит о их комфорте в общении с окружающими и в учебной среде. Можно сделать вывод, что младшие школьники демонстрируют наиболее развитые поведенческие и эмоциональные навыки, позволяющие им эффективно взаимодействовать в обществе и сопереживать чувствам других.

Третьеклассники демонстрируют наибольшую слабость в когнитивно-рефлексивных и эмоционально-регуляторных аспектах мягких навыков. Результаты опроса TROMSO показывают, что их социальное осознание (среднее значение 26,9) заметно отстает от уровня социальных навыков, свидетельствуя о недостатке рефлексивного анализа социальных

взаимодействий на фоне вполне развитых практических умений. Исследование «Попробуй отгадай» показало, что у 23,8% учеников наблюдается недостаточная эмоциональная идентификация. Они испытывают трудности с распознаванием и различением эмоций, особенно тех, которые сложны или зависят от социального контекста. Результаты опроса VIA-Youth также свидетельствуют о низких показателях лидерских качеств (среднее значение 5,7) и способности к критическому мышлению (среднее значение 6,0), указывая на незрелость их самосознания и позиции в группе. Результаты опросника PedsQL, посвященного эмоциональному благополучию, демонстрируют тревожную тенденцию: средний балл (56,8) оказался самым низким по сравнению с другими шкалами. Это свидетельствует о повышенной уязвимости эмоциональной сферы детей этого возраста. Исследование волевой саморегуляции выявило, что около 21% учащихся испытывают значительные проблемы с произвольным контролем своих действий, не справляются с поддержанием цели, подавлением импульсивных реакций и самоорганизацией.

Изучение связей между полученными данными открывает перед нами ряд интересных закономерностей, которые могут быть полезны как для теоретического развития науки, так и для решения практических задач.

Наблюдается стабильная тенденция к разделению поведенческих и когнитивных аспектов мягких навыков. Третьеклассники демонстрируют хорошие социальные навыки, проявляя эмпатию и склонность к сотрудничеству. Однако их поведение в социальных ситуациях часто основано на инстинктах и устоявшихся шаблонах, а не на глубоком осмыслении ситуации. Они недостаточно рефлексиируют над своими действиями, что проявляется в низком социальном сознании, ограниченной способности к суждению и трудностях с эмоциональной идентификацией. Такая разница в развитии объясняется возрастными особенностями: у младших школьников рефлексивные способности только начинают формироваться, в то время как

практический опыт общения с окружающими они получают уже с раннего детства.

Кроме того, исследования показывают корреляцию между недостаточно развитой эмоциональной идентификацией и низким уровнем эмоционального благополучия у детей. У тех, кто испытывает сложности в понимании и различении своих эмоций (23,8% показали низкие результаты в тесте «Попробуй отгадай»), часто наблюдается затруднение в осознании собственных чувств. Это приводит к более низким показателям на шкале PedsQL, которая измеряет уровень эмоционального благополучия (средний балл 56,8). Отсутствие способности к распознаванию эмоций, то есть дефицит перцептивного компонента эмоционального интеллекта, может привести к росту тревожности, страха и эмоциональных переживаний у ребенка. Это происходит потому, что ребенок оказывается в ситуации, где ему сложно понять эмоции других людей и свои собственные.

Третье наблюдение заключается в выявлении корреляции между волевой саморегуляцией и личностными качествами. Высокие показатели упорства (7,7 балла) и самоконтроля (7,6 балла), полученные в ходе опроса VIA-Youth, подтверждают данные диагностики волевой саморегуляции, согласно которой более чем половина учащихся (53,9%) обладают высоким уровнем этой способности. Несмотря на заявления о высоких уровнях упорства и самоконтроля, 21,4% детей демонстрируют низкий уровень волевой саморегуляции. Это свидетельствует о том, что самооценка не всегда соответствует действительности. Такое несоответствие может быть связано с возрастом: младшие школьники часто склонны к преувеличению своих способностей, а также с ситуативностью проявлений воли в этом возрасте.

Интересно, что наблюдается парадокс: дети демонстрируют высокий уровень социального и школьного благополучия (70,5 и 71,2 баллов), в то время как их эмоциональное состояние оценивается на более низком уровне (56,8 баллов). Это указывает на то, что благоприятная внешняя среда, которая может быть воспринята как успешная социальная адаптация, не всегда

отражает внутренние эмоциональные переживания ребенка. Несмотря на то, что ребенок успешно адаптируется к коллективу и положительно относится к учебе, он может испытывать тревогу, страх и эмоциональную лабильность. Эти переживания, не всегда заметные для учителей и одноклассников, все же оказывают значительное воздействие на его личностный рост.

Следовательно, на основе проведенной комплексной диагностики мы можем сделать следующий вывод. У третьеклассников наблюдается неравномерное развитие мягких навыков. В частности, поведенческие и социальные навыки, такие как умение общаться, проявлять эмпатию, работать в коллективе и быть благодарным, уже сформированы неплохо. Однако когнитивно-рефлексивные навыки (понимание социальных отношений норм, способность к критическому мышлению, эмоциональная самосознательность) и эмоционально-регуляторные (способность управлять своими эмоциями и сохранять душевное равновесие) нуждаются в более тщательном развитии и специализированной помощи психологов и педагогов. Обнаруженная несбалансированность в развитии навыков указывает на важность создания программы, направленной на совершенствование мягких навыков у младших школьников. В этой программе особое значение следует придать развитию рефлексивных способностей для понимания себя и других, умениям распознавать и различать эмоции, а также усилению эмоциональной стойкости и волевой самоконтроля.

2.2. Программа внеурочной деятельности «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего», направленная на развитие гибких навыков (soft skills) младших школьников средствами профориентационной деятельности

Исходя из данных, полученных в ходе констатирующего эксперимента, представленного в разделе 2.1, мы создали программу внеурочных занятий под названием «Путешествие в мир профессий: формирование компетенций

для будущего», предназначенную для учеников 3-4 классов. Данная программа – это комплексный психолого-педагогический инструмент, который призван развивать у младших школьников гибкие навыки с помощью профориентационных методик. Она служит ключевым компонентом экспериментального исследования на этапе его формирования.

Разработка этой программы стала необходима на основании полученных диагностических данных. В ходе констатирующего этапа исследования стало очевидно, что у обучающихся наблюдается заметный дисбаланс в развитии гибких навыков. В то время как коммуникативные навыки и креативность демонстрируют положительную динамику, показатели эмоционального интеллекта (включая понимание и управление эмоциями), социального познания (эмпатия, способность понимать точку зрения других) и волевой саморегуляции с эмоциональной устойчивостью оказались существенно ниже ожидаемого уровня. Исследование показало, что низкий уровень социального осознания и субъективное благополучие коррелируют отрицательно у детей с недостаточно развитыми навыками эмоциональной регуляции. Это подчеркивает важность комплексного подхода к развитию ребенка, который предусматривает гармоничное развитие всех компонентов гибких навыков, без преждевременного акцента на одном из них.

Профориентация занимает центральное место в программе не просто по воле случая. Начальная школа, предоставляя раннюю профориентацию без давления на профессиональное самоопределение, открывает для учащихся уникальную возможность моделировать социальные ситуации. В этих ситуациях дети знакомятся с различными профессиональными ролями, учатся распознавать эмоции, координировать совместные действия, преодолевать трудности и рефлексировать над своим поведением. Профориентационный контекст, следовательно, не является конечной целью, но служит инструментом для развития адаптивных навыков, что полностью согласуется с тематикой и задачами магистерской диссертации.

Программа основана на нормативно-правовых актах, среди которых ключевое значение имеют: Федеральный закон РФ № 273-ФЗ, регламентирующий образование в России (актуальная версия); СанПиН 2.4.3648-20, устанавливающий санитарно-эпидемиологические нормы для учреждений, занимающихся воспитанием, обучением, отдыхом и оздоровлением детей и молодежи; Указ Президента РФ, определяющий национальные цели развития России до 2030 года и далее; Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. В соответствии с распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286 (с последующими поправками), а также Федеральной образовательной программой начального общего образования, Единой моделью профориентации учащихся и Концепцией организационно-педагогического обеспечения профессионального самоопределения учеников.

Данная программа, направленная на социальное развитие, реализуется для учеников 3-4 классов (9-11 лет) в течение учебного года. Программа рассчитана на 34 недели и включает в себя 34 часа занятий, проводимых раз в неделю. Формат обучения предполагает групповые занятия, интегрирующие тренинговые методики, проектные работы и игровые элементы.

Программа направлена на развитие у младших школьников универсальных навыков, при этом особое внимание уделяется формированию эмоционального интеллекта, социальной компетентности, способности к самоконтролю и эмоциональной стабильности. Для достижения этих целей используются методы профориентационной работы.

Программа структурирована таким образом, чтобы адресовать различные навыки, которые нуждаются в развитии, исходя из выявленных на предварительном этапе недостатков.

Основное внимание в развитии эмоционального интеллекта будет уделено способности распознавать, различать и выражать свои эмоции, а также эмоции других людей в профессиональной среде. Кроме того,

планируется совершенствовать навыки сознательного управления эмоциями и освоение базовых техник эмоциональной саморегуляции.

Социальное познание и эмпатия – ключевые направления развития, в которых ставится перед нами задача: научить людей понимать точку зрения другого, его мотивы, чувства и намерения. Для этого будут использоваться модели профессиональных ситуаций, где потребуется проявить заботу, помощь и сочувствие, что позволит развить эмпатическую отзывчивость.

Фокус развития волевой саморегуляции и эмоциональной стабильности направлен на формирование ключевых компетенций: умение ставить цели, планировать действия, сохранять концентрацию на задаче и добиваться ее завершения. Также важно развивать навыки конструктивного подхода к трудностям, ошибкам и фрустрирующим ситуациям. Укрепление эмоциональной устойчивости будет достигаться посредством постепенного увеличения сложности задач и рефлексивного анализа опыта преодоления препятствий.

Для улучшения коммуникативных навыков акцент будет сделан на развитии умения работать в команде, эффективно взаимодействовать и разрешать конфликты конструктивным способом во время совместной профориентационной работы. В плане развития креативности, цель состоит в поддержании творческого потенциала, гибкости мышления и способности находить нестандартные решения. Ранняя профориентация направлена на то, чтобы познакомить учащихся с разнообразием профессий, их сферами деятельности и социальным значением. Важно также помочь им осознать свои интересы, склонности и способности, формируя первоначальную рефлекссию о себе.

Программа ставит перед собой три уровня ожидаемых результатов обучения.

Обучающийся, добиваясь личностных результатов, должен развить способность распознавать и понимать свои эмоции, а также осознать их влияние на свои действия. Важно научиться проявлять сочувствие и уважение

к чувствам других людей, независимо от их мнений и взглядов. Необходимо также продемонстрировать упорство, настойчивость и ответственность в преодолении трудностей. Обучение должно помочь обучающемуся ценить различные профессии и относиться с уважением к труду всех. Наконец, важно стимулировать интерес к самопознанию и анализу своих склонностей и способностей.

Метапредметные результаты направлены на развитие трех ключевых групп универсальных учебных действий. Ученики смогут освоить навыки формулирования целей, планирования действий, контроля над процессом выполнения задач и оценки полученных результатов. Кроме того, они научатся вносить необходимые коррективы и использовать базовые стратегии саморегуляции при возникновении эмоциональных трудностей. Развивая коммуникативные УУД, учащиеся приобретут умение четко формулировать свои идеи и эмоции устно, активно слушать и понимать других, задавать вопросы для более полного понимания, эффективно сотрудничать в парах и группах, договариваться о задачах и методах совместной работы. В рамках развития познавательных универсальных учебных действий учащиеся смогут проанализировать информацию о профессиях, провести сравнительный анализ и классификацию профессиональных ролей на основе разных критериев. Кроме того, они научатся выявлять причинно-следственные отношения между личными качествами и необходимыми для данной профессии характеристиками.

Обучающийся, достигший предметных (тематических) результатов, должен обладать знаниями о не менее 30 профессиях, представленных в разных областях деятельности. Кроме того, он должен понимать ключевые эмоции и способы их демонстрации, а также уметь управлять своими эмоциями и поведением, применяя базовые приемы. Важно также освоить правила эффективного общения и совместной работы. Студент освоит навыки идентификации и обозначения эмоций (как своих, так и чужих) в симулированных профессиональных ситуациях. Он научится использовать

техники саморегуляции, эффективно сотрудничать в команде, распределяя роли и обязанности. Кроме того, он разовьет способность к рефлексии своей деятельности и формулированию выводов о своих предпочтениях и сильных сторонах личности.

Программа построена на пяти модулях, каждый из которых посвящен определенной тематике и направлен на развитие гибких навыков. Модули организованы по принципу постепенного усложнения: начиная с внутриличностных навыков, переходя к межличностным и завершаясь интегративными. Формирование модулей строится по принципу постепенного развития, начиная с базовых элементов и заканчивая их интеграцией. Вначале уделяется внимание развитию эмоциональной грамотности, затем – способности к эмпатии и пониманию других людей. Далее формируются волевые качества, которые впоследствии применяются в командных взаимодействиях. Финальным этапом является рефлексивное обобщение и интеграция всех полученных навыков.

В рамках первого модуля «Я и мои эмоции в мире профессий» (8 часов) студенты получают фундаментальные знания о своей эмоциональной сфере. Главная цель – развитие эмоционального интеллекта. Профессиональная среда служит идеальной площадкой для выявления, осмысления и анализа различных эмоций, которые возникают в работе. Модуль посвящен изучению профессий, где эмоциональная компетентность играет решающую роль: от медицины и педагогики до психологии, спасательной работы и актерского мастерства. Студенты разберутся в нюансах базовых и сложных эмоций, проведут ролевые игры, имитирующие профессиональные ситуации, где требуется эмоциональная эмпатия (например, «День воспитателя» или «Прием у врача»). Они также ознакомятся с техникой «Светофор эмоций» (остановиться, подумать, действовать) и разработают свой собственный набор инструментов для саморегуляции – карточки со стратегиями управления эмоциями. В завершение модуля участники создают свой личный коллаж

«Мой эмоциональный портрет специалиста» и заполняют промежуточную рефлексивную анкету.

В модуле 2 «Я понимаю другого: эмпатия и профессии помощи» (8 часов) участники познакомятся с техникой понимания чужой точки зрения, потребностей, эмоций и побудительных мотивов. Ключевым навыком в этом процессе станет развитие социального познания, включающего в себя эмпатию, децентрацию и способность видеть мир глазами другого. Обучение будет проходить в контексте профессий, связанных с взаимодействием людей. Школьники познают эмпатию на практике, используя упражнение «Чужие ботинки», которое помогает им встать на место другого человека. Ролевые игры, такие как «Я — учитель», позволяют им проработать разные типы учеников и научиться понимать их потребности. Изучение кейсов профессии социального работника и тренировка невербальной эмпатии в ветеринарии помогают им освоить навыки, необходимые для работы с людьми и животными. Техника «Два стула» используется для моделирования конфликтных ситуаций на рабочем месте. Активное слушание они отрабатывают во время журналистских интервью, а дизайн-проекты для «заказчиков» развивают их креативность и способность понимать запросы клиентов. Модуль завершается «Фестивалем эмпатии» — групповой творческой презентацией о профессиях помощи.

В рамках модуля 3 «Я могу! Воля, терпение и профессиональные вызовы», длительностью 8 часов, участники получают инструменты для эффективного достижения целей, планирования, концентрации внимания и преодоления препятствий. Особое внимание будет уделено развитию волевой саморегуляции и эмоциональной устойчивости. Профориентационная направленность модуля предполагает последовательное усложнение задач, что позволит участникам отточить свои навыки в условиях, приближенных к реальным профессиональным ситуациям. Учащиеся погружаются в мир профессий, где необходима сильная воля (хирургия, часовое дело, ювелирное искусство, программирование). Они изучают цикл «Цель-План-Действие-

Результат-Рефлексия» путем проектирования конструкций. Ошибки рассматриваются как ценный опыт на примере историй знаменитых открытий. Эмоциональная устойчивость тренируется в игровых ситуациях с непредвиденными трудностями. Сложные оригами-фигуры создаются по пошаговым инструкциям. Ведется «Дневник тренировок», а также реализуется командный проект «Строим город профессий», который включает искусственные препятствия. Заключительным этапом модуля становится разработка персонального «Щита устойчивости», который визуализирует стратегии для справления с вызовами.

Модуль 4, посвященный теме «Вместе сильнее: командная работа в профессиях», рассчитан на шесть часов и призван развить коммуникативные навыки и способность к эффективному сотрудничеству. Для этого будут моделироваться различные профессиональные ситуации командной работы. Ключевой особенностью модуля станет интеграция навыков, полученных в предыдущих трех модулях: участники смогут применить знания о распознавании эмоций, проявлении эмпатии и регулировании собственного поведения в рамках совместной деятельности. Модуль знакомит учащихся с профессиями, где сотрудничество является ключевым фактором успеха: от съемочных групп и медицинских бригад до экипажей самолетов. В его рамках проводятся упражнения, такие как «Слепой, немой, безрукий», а также ролевые игры, имитирующие создание фильма о определенной профессии с распределением обязанностей между участниками. Участники также выполняют командные строительные задачи, требующие активного обмена информацией, и работают над проектом «Редакция газеты профессий». Наконец, модуль предусматривает моделирование ситуаций общения с клиентами, которые могут быть сложными в общении. Финальным этапом модуля становится рефлексивное занятие «Мой вклад в работу команды», где участники обмениваются взаимной обратной связью.

Последний модуль, «Мои навыки — моё будущее» (4 часа), призван подвести итоги и помочь участникам интегрировать полученные гибкие

навыки. В ходе этого модуля они смогут проанализировать свой прогресс, осознать свои сильные стороны и обрести мотивацию к непрерывному совершенствованию. Модуль включает в себя интерактивную игру «Ярмарку профессий и навыков», где участники проходят станции, направленные на развитие гибких навыков. Также предусмотрено создание личного портфолио гибких навыков, куда обучающиеся будут добавлять результаты своей работы по всем модулям. В рамках модуля также пишется письмо себе в будущее и проводится защита мини-проектов, посвященных теме «Профессия моей мечты» и необходимым для ее реализации навыкам.

Тематическое планирование программы представлено в таблице 3.

Таблица 3 – Тематическое планирование программы внеурочной деятельности «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего»

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Модуль	Приоритетный развиваемый навык
1	Зачем людям профессии? Зачем людям эмоции?	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
2	Эмоции на рабочем месте: профессии, в которых чувства — главный инструмент	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
3	Палитра моих чувств	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
4	Что чувствует доктор? Что чувствует пациент?	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
5	Эмоции под контролем: как профессионалы справляются с трудными чувствами	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
6	Мастерская эмоциональных помощников	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
7	Эмоциональный детектив	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
8	Мой эмоциональный портрет	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
9	В чужих ботинках: зачем профессионалу понимать другого?	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
10	Профессия — учитель: как понять каждого ученика	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
11	Профессия — социальный работник: помощь тем, кому трудно	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
12	Профессия — ветеринар: чувствуем тех, кто не может сказать	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
13	Конфликт на работе: как понять обе стороны	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия

14	Журналист: искусство задавать вопросы и слушать	1	Модуль 2	Социальное познание, коммуникация
15	Дизайнер для людей: создаём с заботой о другом	1	Модуль 2	Социальное познание, креативность
16	Фестиваль эмпатии	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
17	Профессии терпения и точности	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
18	Цель — план — результат: как работают проектировщики и инженеры	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
19	Ошибка — не провал: профессии, где ошибки ведут к открытиям	1	Модуль 3	Эмоциональная устойчивость
20	Спасатели: действовать, когда страшно	1	Модуль 3	Эмоциональная устойчивость
21	Повар и кондитер: терпение, которое можно попробовать на вкус	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
22	Тренер и спортсмен: путь от тренировки к победе	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
23	Командный проект: строим город профессий	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция, сотрудничество
24	Мой щит устойчивости	1	Модуль 3	Эмоциональная устойчивость, рефлексия
25	Профессии-команды: когда один в поле не воин	1	Модуль 4	Коммуникация, сотрудничество
26	Мы — съёмочная группа	1	Модуль 4	Коммуникация, креативность
27	Стройка века: архитектор, прораб, строитель	1	Модуль 4	Сотрудничество, саморегуляция
28	Редакция газеты: создаём выпуск «Газеты профессий»	1	Модуль 4	Интеграция навыков
29	Трудный заказчик: общение в сложных ситуациях	1	Модуль 4	Коммуникация, эмоциональный интеллект
30	Мой вклад в команду	1	Модуль 4	Рефлексия, социальное познание
31	Ярмарка профессий и навыков	1	Модуль 5	Интеграция всех навыков
32	Моё портфолио навыков	1	Модуль 5	Рефлексия, самопознание
33	Письмо себе в будущее	1	Модуль 5	Рефлексия, целеполагание
34	Большой финал: защита проектов	1	Модуль 5	Интеграция всех навыков
	ИТОГО	34		

Программа основана на методическом подходе, который использует разнообразные активные и интерактивные методы обучения. Эти методы соответствуют возрасту учащихся 3-4 классов и направлены на развитие гибких навыков через практику и активное участие в учебном процессе. Среди ключевых подходов к профорientации выделяются ролевые и сюжетно-ролевые игры, которые имитируют рабочие процессы. Также широко используются тренинговые упражнения, фокусирующиеся на совершенствовании гибких навыков и последующей рефлексии. Важно отметить проектные работы, где участники ставят цели, разрабатывают план, распределяют роли, координируют действия и представляют результаты. К другим методам относятся моделирование проблемных ситуаций с помощью кейс-методов, квесты, творческие мастерские и систематические рефлексивные практики, такие как рефлексивные круги, анкеты, дневники и письма себе.

Каждый 40-минутный урок следует единой структуре, состоящей из пяти этапов. На первом этапе, который длится 3-5 минут, проводится ритуал приветствия и эмоциональный самоанализ. В ходе этого этапа участники обучаются распознавать свои эмоции, используя цветные карточки, шкалу настроения или устное описание своего состояния. Начинается занятие с мотивационно-ориентировочного этапа, длительностью 5-7 минут. В этот период внимание учащихся привлекают проблемные вопросы, видео, загадки или истории, которые имеют отношение к будущей профессии. Далее следует основной этап, занимающий 20-25 минут, и характеризующийся активной деятельностью учеников. В рефлексивной фазе (5-7 минут) участники делятся своими впечатлениями, отвечая на вопросы о своих эмоциях, трудностях, новых открытиях о себе и связи опыта с профессиональной деятельностью. Завершающий ритуал (2-3 минуты) посвящен краткому резюме и эмоциональному осмыслению пройденного.

Программа строится на фундаментальных принципах. Деятельностный подход подразумевает, что гибкие навыки не усваиваются пассивным

слушанием информации, а развиваются посредством активного участия учащихся в деятельности, имитирующей реальные ситуации, где эти навыки необходимы. Принцип систематичности и последовательности проявляется в структуре модулей: начиная с внутриличностных навыков, переходя к межличностным и завершая интегративными. Рефлексивность в каждом занятии подразумевает обязательное осмысление и анализ собственных действий. Психологическая безопасность создает атмосферу доверия, где каждый чувствует себя принятым и не подвергается оценке. Профориентационная контекстуальность же ставит профессии и профессиональные ситуации в центр внимания, делая процесс формирования гибких навыков мотивированным, интересным и практичным. Принцип возрастосообразности означает, что образовательный процесс для детей в возрасте 9-11 лет должен быть адаптирован к их психологическому развитию, учитывая специфику их возраста.

Оценивание результатов обучения строится на трех уровнях диагностики. Начальная диагностика, проводимая перед началом программы, опирается на методы, применявшиеся в констатирующем этапе магистерской диссертации. Текущая оценка, которая проводится в процессе обучения, основана на рефлексивных анкетах после каждого модуля, педагогических наблюдениях с использованием структурированной карты и портфолио учащегося. После окончания программы проводится финальная диагностика, которая использует те же методы, что и начальная. Это позволяет сравнить результаты и оценить эффективность программы.

Программа внеурочной деятельности «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего» – это комплексный и научно разработанный проект, направленный на формирование у младших школьников универсальных навыков. В его основе лежит профориентационная работа, которая служит ключевым элементом для достижения этой цели. Программа направлена на устранение недостатков в сфере мягких навыков, выявленных в ходе предварительного анализа. В ее рамках особое внимание уделяется

развитию эмоционального интеллекта, социальной осведомленности и способности к самоконтролю, при этом сохраняя и укрепляя коммуникативные навыки и креативность учащихся. Программная структура, построенная на модулях, позволяет последовательно развивать внутриличностные, межличностные и интегративные компетенции. Такой подход полностью отвечает требованиям исследования, которое подчеркивает важность комплексного и сбалансированного развития личности учеников младших классов.

Выводы по главе 2

С целью изучения уровня сформированности гибких навыков у младших школьников было организовано и проведено экспериментальное исследование на базе МБОУ «Лицей № 11 г. Челябинска». В исследовании приняли участие 89 обучающихся третьих классов в возрасте 9–10 лет, осваивающих образовательную программу «Школа России». Для диагностики ключевых компонентов гибких навыков был подобран комплекс из шести методик: Межличностный индекс реактивности (IRI) М. Дэвиса, Трёмсёнский опросник социального интеллекта (TSIS), адаптированный опросник «Сильные стороны характера» (VIA-Youth), Педиатрический опросник качества жизни (PedsQL), методика эмоциональной идентификации «Попробуй отгадай», а также опросник «Уровень волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана. Подобранный инструментарий позволил охватить когнитивный, эмоциональный, поведенческий и регуляторный аспекты гибких навыков.

Анализ результатов констатирующего этапа эксперимента выявил существенную неоднородность и диспропорцию в развитии гибких навыков у третьеклассников. Наиболее сформированными оказались поведенческие и социально-коммуникативные компоненты: 94,4% обучающихся демонстрируют оптимальный уровень эмпатии (по методике IRI); социальные навыки превышают уровень социального осознания (средние значения 38,8 и 26,9 балла соответственно по TSIS); по опроснику VIA-Youth наиболее

выраженными сильными сторонами личности выступили благодарность (7,9), упорство (7,7), коллективизм и энтузиазм (по 7,6 балла). Это свидетельствует о благоприятной социально-психологической атмосфере и позитивном отношении детей к собственным личностным качествам.

Вместе с тем наименее сформированными оказались когнитивно-рефлексивные и эмоционально-регуляторные компоненты гибких навыков. По методике эмоциональной идентификации 23,8% детей показали низкий уровень распознавания эмоций; по опроснику VIA-Youth минимальные значения зафиксированы по шкалам лидерства (5,7) и критического мышления (6,0); самым низким показателем стала шкала эмоционального благополучия (56,8 балла) по PedsQL, при этом у 21,4% обучающихся выявлен низкий уровень волевой саморегуляции. Особо обращает на себя внимание парадокс: при высоких показателях социального (70,5) и школьного (71,2) благополучия эмоциональный компонент существенно ниже, что указывает на наличие у части детей внутренних эмоциональных переживаний, не проявляющихся во внешнем поведении и потому не всегда замечаемых педагогами.

В ходе исследования установлены значимые взаимосвязи между компонентами гибких навыков: поведенческие и когнитивные аспекты развиваются относительно независимо друг от друга; слабая эмоциональная идентификация коррелирует с пониженным уровнем эмоционального благополучия; самооценка детьми собственного упорства и самоконтроля не всегда соответствует реальному уровню волевой саморегуляции, что обусловлено возрастными особенностями младших школьников — склонностью к завышенной самооценке и ситуативностью проявлений воли.

На основании результатов констатирующего этапа эксперимента, выявивших приоритетные «мишени» психолого-педагогического воздействия (эмоциональный интеллект, социальное познание, волевая саморегуляция и эмоциональная устойчивость), была разработана программа внеурочной деятельности «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего» для обучающихся 3–4 классов общим объёмом 34 часа. Программа построена

на принципе постепенного усложнения и включает пять модулей: «Я и мои эмоции в мире профессий», «Я понимаю другого: эмпатия и профессии помощи», «Я могу! Воля, терпение и профессиональные вызовы», «Вместе сильнее: командная работа в профессиях» и «Мои навыки — моё будущее». Профориентационная деятельность выступает в программе системообразующим контекстом, обеспечивающим естественное моделирование ситуаций, требующих применения гибких навыков, что соответствует пропедевтическому характеру профориентации в начальной школе.

Система оценки результативности программы предполагает трёхуровневую диагностику: входную (с использованием инструментария констатирующего этапа), текущую формирующую (рефлексивные анкеты, педагогическое наблюдение, портфолио обучающегося) и итоговую (повторное применение диагностического комплекса с последующим сравнительным анализом). Реализация данной программы и проверка её эффективности в ходе формирующего и контрольного этапов эксперимента составят предмет дальнейших исследований.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данном исследовании рассматривается вопрос о развитии гибких навыков у учеников начальной школы с помощью профориентационных мероприятий. Важность этой проблемы определяется современными стандартами качества начального общего образования, установленными на законодательном уровне (Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования), а также в рамках таких ключевых инициатив как Национальный проект «Образование» и Единая модель профориентации. Кроме того, актуальность обусловлена необходимостью развития у учащихся начальных классов универсальных компетенций, которые помогут им успешно адаптироваться к динамично меняющемуся обществу, найти свой путь в жизни и реализовать себя.

Для решения первостепенной задачи исследования осуществлен теоретический обзор понятий, касающихся «гибких навыков» и «профориентации», изученных в психолого-педагогических трудах. В этом обзоре были рассмотрены работы российских и зарубежных авторов, среди которых А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская, А. И. Савенков, И. А. Зимняя и Д. Гоулмен, Дж., а также другие исследователи. Исследования Хекмана, Каутца, Роблеса, Шульца и других авторов показали, что гибкие навыки – это набор универсальных качеств, которые выходят за рамки профессиональных компетенций. К ним относятся коммуникативные, социальные, эмоционально-регулятивные, когнитивные и организационные способности. Эти компоненты позволяют человеку эффективно взаимодействовать с окружающими, контролировать свои действия и поведение, находить творческие решения проблем и успешно адаптироваться к меняющимся жизненным обстоятельствам. Исследования выявили связь между гибкими навыками и универсальными учебными действиями. В то же время, понятие «гибкие навыки» выходит за рамки чисто учебных компетенций, охватывая также жизненные, социальные и профессиональные

аспекты. Профориентация, как комплексная система, призванная помочь обучающимся найти свой профессиональный путь, была разработана и изучена такими известными специалистами, как Е. А. Климов, Н. С. Пряжников, Е. Ю. Пряжникова, С. Н. Чистякова и Н. Ф. Родичев. В начальной школе эта работа выполняется в пропедевтическом формате, что означает подготовку к более глубокому осмыслению профессиональных интересов и возможностей.

Исследование второй задачи позволило обнаружить специфику развития гибких навыков у учащихся начальных классов с помощью профориентационных методов. Исследования Л. С. Выготского, Д. Б. Эльконина, В. В. Давыдова и Г. А. Цукермана показывают, что младший школьный возраст – это особый период, когда дети особенно хорошо усваивают гибкие навыки. Это связано с развитием произвольного контроля над мыслительными процессами, словесно-логическим мышлением, рефлексией, формированием учебной деятельности и активным включением в социальные взаимодействия. Профориентационная работа в начальных классах может стать мощным инструментом для развития гибких навыков у детей. Она способствует формированию коммуникативных навыков посредством обсуждений о различных профессиях и работе над проектами. Социальные навыки развиваются в ходе групповой работы, ролевых и деловых игр. Эмоционально-регулятивные навыки совершенствуются через рефлексию и анализ профессиональных ситуаций. Когнитивные способности стимулируются проблемными и творческими заданиями профориентационного характера. Организационные навыки формируются в процессе проектной деятельности, которая предполагает постановку целей, планирование и самоконтроль. Исследование имеющихся программных и методических материалов выявило недостаточную разработку задачи целенаправленного развития гибких навыков у детей начальной школы с помощью профориентационных мероприятий.

Для выяснения уровня развития гибких навыков у учеников начальной школы была проведена экспериментальная работа. В качестве площадки для проведения констатирующего этапа эксперимента выступил МБОУ «Лицей № 11» города Челябинска, где приняли участие 89 учеников третьего класса, возраст которых составлял 9-10 лет. В ходе диагностики для оценки важных компонентов гибких навыков применялись шесть различных методик. К ним относятся: Межличностный индекс реактивности, разработанный М. Дэвисом, Трёмсёнский опросник, измеряющий социальный интеллект, адаптированная версия опросника «Сильные стороны характера» (VIA-Youth), Педиатрический опросник качества жизни, а также методика, позволяющая распознать эмоции на фотографиях лиц, созданная А. В. Зверьковым и Е. В. Эйджманом.

Анализ диагностических данных показал значительную неоднородность в развитии гибких навыков у учеников третьего класса. В области поведенческих и социально-коммуникативных качеств наблюдается наибольший прогресс: 94,4% учащихся демонстрируют высокий уровень эмпатии. Результаты опроса TROMSO показывают, что социальные навыки учеников значительно выше, чем их социальное осознание (среднее значение 38,8 против 26,9). Опросник VIA-Youth выявил как сильные стороны личности: благодарность, упорство, коллективизм и энтузиазм занимают лидирующие позиции с показателями 7,9, 7,7, 7,6 и 7,6 соответственно. Среди изучаемых компонентов наименьшего развития достигли когнитивно-рефлексивные и эмоционально-регуляторные функции. Только 23,8% учащихся показали слабую способность к эмоциональной самореализации. Результаты опроса VIA-Youth выявили минимальные показатели в сферах лидерства (среднее значение = 5,7) и критического мышления (среднее значение = 6,0). Самым низким показателем стала шкала эмоционального благополучия по опроснику PedsQL (среднее значение = 56,8), что свидетельствует о недостаточном уровне эмоциональной стабильности у 21,4% испытуемых. В свою очередь, лишь 21,4% участников

продемонстрировали низкую волевую саморегуляцию. Исследования показали, что поведенческие и когнитивные аспекты гибких навыков развиваются независимо друг от друга. Кроме того, обнаружилось, что слабая эмоциональная идентификация коррелирует с низким уровнем эмоционального благополучия. Интересно, что некоторые индивиды демонстрируют высокое социальное и школьное благополучие при одновременно сниженном эмоциональном благополучии.

Результаты констатирующего эксперимента легли в основу программы внеурочной работы «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего», которая фокусируется на развитии универсальных навыков у учеников начальной школы. Программа, рассчитанная на учащихся 3-4 классов, охватывает 34 часа и будет реализована в рамках социальных мероприятий внеурочного времени. Её цель – помочь детям разобраться в мире профессий и развить необходимые для будущего навыки. Программа разделена на пять тематических модулей, которые последовательно расширяют сферу применения гибких навыков, начиная с внутриличностного уровня и переходя к межличностному, а затем к интегративному.

модуль 1 «Я и мои эмоции в мире профессий» (8 часов), модуль 2 «Я понимаю другого: эмпатия и профессии помощи» (8 часов), модуль 3 «Я могу! Воля, терпение и профессиональные вызовы» (8 часов), модуль 4 «Вместе сильнее: командная работа в профессиях» (6 часов), модуль 5 «Мои навыки — моё будущее» (4 часа). Программа направлена на устранение недостатков в области гибких навыков у учащихся, уделяя особое внимание развитию эмоционального интеллекта, социальных способностей и воли. При этом сохраняются и развиваются коммуникативные навыки и креативность. Программа базируется на широком спектре активных и интерактивных методик обучения. К ним относятся ролевые и сюжетно-ролевые сценарии, тренинги, проектная работа, моделирование конфликтных ситуаций, кейс-стадии, квесты, творческие занятия и регулярные рефлексивные упражнения.

В ходе исследования была достигнута цель: создание теоретической основы и разработка комплекса профориентационных занятий, призванных развивать гибкие навыки у младших школьников. Исследование успешно завершилось решением всех поставленных задач. Теоретическое изучение позволило глубже понять сущность и взаимосвязь понятий «гибкие навыки» и «профориентация», а также продемонстрировать эффективность профориентационной работы в формировании этих навыков у учащихся начальной школы. Исследование, проведенное с участием третьеклассников, показало, что их гибкие навыки развиваются неравномерно. Это дало возможность выделить ключевые направления педагогической поддержки. В результате была создана программа внеурочной деятельности «Путешествие в мир профессий: развиваем навыки будущего», которая представляет собой комплексный и научно обоснованный подход к развитию гибких навыков у детей младшего школьного возраста. Профориентация в этой программе является основополагающим элементом, который направляет формирование необходимых навыков.

Данное исследование имеет практическую ценность, поскольку созданный комплекс профориентационных занятий может стать ценным инструментом для педагогов начальной школы, психологов и специалистов, занимающихся внеурочной деятельностью. Он позволит им систематически развивать у учеников 3-4 классов гибкие навыки с помощью профориентационных методик.

Дальнейшие исследования должны быть направлены на проверку эффективности программы в настоящей учебной среде, а также на проведение контрольного эксперимента для более точной оценки ее результатов. Важно также разработать и адаптировать диагностический инструментарий, а также модифицировать программу для учеников 1-2 классов, учитывая возрастные особенности этой группы.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Асмолов, А. Г. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли : пособие для учителя / А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская. — Москва : Просвещение, 2011. — 151 с. — ISBN 978-5-09-022831-2.
2. Асмолов, А. Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А. Г. Асмолов. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Смысл : Академия, 2007. — 528 с. — ISBN 978-5-89357-221-6.
3. Блинов, В. И. Концепция организационно-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования / В. И. Блинов, И. С. Сергеев. — Москва : Перо, 2014. — 38 с. — ISBN 978-5-00086-306-7.
4. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — Санкт-Петербург : Питер, 2008. — 398 с. — ISBN 978-5-91180-846-4.
5. Борисова, Е. М. Профессиональное самоопределение: личностный аспект : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / Борисова Елена Михайловна. — Москва, 1995. — 46 с.
6. Выготский, Л. С. Мышление и речь / Л. С. Выготский. — Москва : Лабиринт, 1999. — 352 с. — ISBN 5-87604-097-5.
7. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. — Москва : АСТ, 2008. — 671 с. — ISBN 978-5-17-049976-2.
8. Гоулмен, Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулмен ; пер. с англ. А. П. Исаевой. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2013. — 544 с. — ISBN 978-5-91657-684-9.
9. Давыдов, В. В. Теория развивающего обучения / В. В. Давыдов. — Москва : ИНТОР, 1996. — 544 с. — ISBN 5-89404-001-9.
10. Делор, Ж. Образование: сокрытое сокровище: доклад Международной комиссии по образованию для XXI века / Ж. Делор. —

Париж : ЮНЕСКО, 1996. — 46 с. — ISBN 92-3-103274-7.

11. Зеер, Э. Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности / Э. Ф. Зеер, О. А. Рудей. — Москва : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2008. — 256 с. — ISBN 978-5-9770-0309-7.

12. Зимняя, И. А. Ключевые компетенции — новая парадигма результата образования / И. А. Зимняя // Высшее образование сегодня. — 2003. — № 5. — С. 34–42.

13. Иванова, Н. В. Формирование социального пространства отношений ребёнка в дошкольном образовательном учреждении / Н. В. Иванова. — Череповец : ЧГУ, 2002. — 150 с. — ISBN 5-85341-116-2.

14. Климов, Е. А. Как выбирать профессию : пособие для педагогов и психологов / Е. А. Климов. — Москва : Просвещение, 1990. — 159 с. — ISBN 5-09-002807-1.

15. Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. — 4-е изд., стер. — Москва : Академия, 2010. — 304 с. — ISBN 978-5-7695-6659-1.

16. Кондаков, И. М. Методологические основания зарубежных теорий профессионального развития / И. М. Кондаков, А. В. Сухарев // Вопросы психологии. — 1989. — № 5. — С. 158–164.

17. Кузнецов, К. Г. Навыки XXI века: как формировать и оценивать на уроке / К. Г. Кузнецов, О. В. Толстикова // Образовательная политика. — 2018. — № 3. — С. 64–73.

18. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. — 2-е изд. — Москва : Смысл : Академия, 2005. — 352 с. — ISBN 5-89357-153-3.

19. Лернер, П. С. Профориентация школьников как фактор подготовки кадров для перспективной экономики России / П. С. Лернер // Школьные технологии. — 2009. — № 1. — С. 14–23.

20. Мудрик, А. В. Социальная педагогика : учебник / А. В. Мудрик. — 8-е изд., испр. и доп. — Москва : Академия, 2013. — 240 с. — ISBN 978-5-

7695-9954-4.

21. Национальный проект «Образование» [Электронный ресурс]. — Режим доступа : <https://edu.gov.ru/national-project>. — Загл. с экрана.

22. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ [Электронный ресурс]. — Режим доступа : http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/. — Загл. с экрана.

23. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования : Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 [Электронный ресурс]. — Режим доступа : <http://www.consultant.ru>. — Загл. с экрана.

24. Павлова, Т. Л. Профориентация старшеклассников: диагностика и развитие профессиональной зрелости / Т. Л. Павлова. — Москва : Сфера, 2006. — 128 с. — ISBN 5-89144-672-1.

25. Поливанова, К. Н. Проектная деятельность школьников : пособие для учителя / К. Н. Поливанова. — 2-е изд. — Москва : Просвещение, 2011. — 192 с. — ISBN 978-5-09-024616-3.

26. Пряжников, Н. С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения / Н. С. Пряжников. — Москва : МПСИ, 2002. — 400 с. — ISBN 5-89502-341-1.

27. Пряжников, Н. С. Профессиональное самоопределение: теория и практика / Н. С. Пряжников. — Москва : Академия, 2008. — 320 с. — ISBN 978-5-7695-3995-3.

28. Пряжникова, Е. Ю. Профориентация : учебное пособие / Е. Ю. Пряжникова, Н. С. Пряжников. — 6-е изд., стер. — Москва : Академия, 2013. — 496 с. — ISBN 978-5-7695-9850-9.

29. Резапкина, Г. В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки / Г. В. Резапкина. — 6-е изд. — Москва : Генезис, 2014. — 208 с. — ISBN 978-5-98563-328-7.

30. Робинсон, К. Школа будущего. Как вырастить талантливого

ребёнка / К. Робинсон, Л. Ароника ; пер. с англ. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2016. — 368 с. — ISBN 978-5-00057-832-9.

31. Российская педагогическая энциклопедия : в 2 т. / гл. ред. В. В. Давыдов. — Москва : Большая Российская энциклопедия, 1993. — Т. 1. — 608 с. — ISBN 5-85270-140-8.

32. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — Санкт-Петербург : Питер, 2002. — 720 с. — ISBN 5-314-00016-4.

33. Савенков, А. И. Педагогическая психология : учебник / А. И. Савенков. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2014. — 659 с. — ISBN 978-5-9916-3659-1.

34. Савенков, А. И. Психологические основы исследовательского подхода к обучению / А. И. Савенков. — Москва : Ось-89, 2006. — 480 с. — ISBN 5-98534-280-8.

35. Сергеев, И. С. Как организовать проектную деятельность учащихся : практическое пособие / И. С. Сергеев. — 7-е изд., испр. и доп. — Москва : АРКТИ, 2009. — 80 с. — ISBN 978-5-89415-445-5.

36. Сергеев, И. С. Организационно-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывности образования / И. С. Сергеев, В. И. Блинов // Профессиональное образование и рынок труда. — 2016. — № 3. — С. 8–13.

37. Степанов, Е. Н. Педагогу о воспитательной системе школы и класса / Е. Н. Степанов. — Москва : Сфера, 2004. — 224 с. — ISBN 5-89144-446-0.

38. Талызина, Н. Ф. Педагогическая психология : учебник / Н. Ф. Талызина. — 9-е изд., стер. — Москва : Академия, 2013. — 288 с. — ISBN 978-5-7695-9874-5.

39. Фельдштейн, Д. И. Психология развития человека как личности : избранные труды : в 2 т. / Д. И. Фельдштейн. — Москва : МПСИ ; Воронеж : МОДЭК, 2005. — Т. 1. — 568 с. — ISBN 5-89502-694-1.

40. Хуторской, А. В. Метапредметный подход в обучении : научно-

методическое пособие / А. В. Хуторской. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Эйдос ; Издательство Института образования человека, 2016. — 80 с. — ISBN 978-5-94057-297-0.

41. Цукерман, Г. А. Виды общения в обучении / Г. А. Цукерман. — Томск : Пеленг, 1993. — 268 с. — ISBN 5-88630-017-6.

42. Цукерман, Г. А. Введение в школьную жизнь : программа адаптации детей к школьной жизни / Г. А. Цукерман, К. Н. Поливанова. — Москва : Генезис, 2003. — 128 с. — ISBN 5-85297-066-2.

43. Чистякова, С. Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников : методическое пособие / С. Н. Чистякова. — Москва : Академия, 2005. — 128 с. — ISBN 5-7695-2309-3.

44. Чистякова, С. Н. Профессиональная ориентация школьников: организация и управление / С. Н. Чистякова, Н. Н. Захаров. — Москва : Педагогика, 1987. — 157 с.

45. Чистякова, С. Н. От учёбы к профессиональной карьере / С. Н. Чистякова, Н. Ф. Родичев. — Москва : Академия, 2012. — 176 с. — ISBN 978-5-7695-8237-9

46. Шадриков, В. Д. Психология деятельности и способности человека / В. Д. Шадриков. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Логос, 1996. — 320 с. — ISBN 5-88439-015-7

47. Эльконин, Д. Б. Детская психология / Д. Б. Эльконин. — 6-е изд., стер. — Москва : Академия, 2011. — 384 с. — ISBN 978-5-7695-8389-5.

48. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. — Москва : Педагогика, 1989. — 560 с. — ISBN 5-7155-0035-4.

49. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон ; пер. с англ. — Москва : Флинта, 2006. — 342 с. — ISBN 5-89349-860-7.

50. Gardner, H. Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences / H. Gardner. — 3rd ed. — New York : Basic Books, 2011. — 528 p. — ISBN 978-0-465-02433-9.

51. Goleman, D. Working with Emotional Intelligence / D. Goleman. —

New York : Bantam Books, 1998. — 383 p. — ISBN 978-0-553-37858-9.

52. Heckman, J. J. Hard Evidence on Soft Skills / J. J. Heckman, T. Kautz // Labour Economics. — 2012. — Vol. 19, № 4. — P. 451–464.

53. Lippman, L. H. Workforce Connections: Key «Soft Skills» that Foster Youth Workforce Success / L. H. Lippman, R. Ryberg, R. Carney, K. A. Moore. — Washington : Child Trends, 2015. — 56 p.

54. Robles, M. M. Executive Perceptions of the Top 10 Soft Skills Needed in Today's Workplace / M. M. Robles // Business Communication Quarterly. — 2012. — Vol. 75, № 4. — P. 453–465.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Программа внеурочной деятельности «ПУТЕШЕСТВИЕ В МИР ПРОФЕССИЙ: РАЗВИВАЕМ НАВЫКИ БУДУЩЕГО»

(для обучающихся 3–4 классов)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа внеурочной деятельности разработана на основании результатов диагностического исследования уровня сформированности гибких навыков (soft skills) у обучающихся 3–4 классов, проведённого в рамках магистерского исследования «Профориентация в начальной школе как средство формирования гибких навыков младших школьников».

Результаты констатирующего этапа эксперимента выявили существенную диспропорцию в структуре мягких навыков младших школьников: при относительно благополучных показателях коммуникативных навыков и креативности обнаружены критически низкие

показатели по таким компонентам, как эмоциональный интеллект (понимание и управление эмоциями), социальное познание (эмпатия, восприятие перспективы другого), а также волевая саморегуляция и эмоциональная устойчивость. Именно данные компоненты определены в качестве приоритетных мишеней психолого-педагогического воздействия в рамках настоящей программы.

Профориентационная деятельность избрана в качестве системообразующего контекста программы не случайно. Ранняя профориентация в начальной школе, не предполагая преждевременного профессионального самоопределения, создаёт уникальное пространство для моделирования социальных ситуаций, в которых обучающиеся осваивают различные профессиональные роли, сталкиваются с необходимостью распознавания эмоций, координации совместных действий, преодоления трудностей и рефлексии собственного поведения. Таким образом, профориентационный контекст выступает не самоцелью, а средством формирования гибких навыков, что соответствует теме и замыслу магистерского исследования.

Нормативно-правовая база программы:

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативной базы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в актуальной редакции).
2. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и СанПиН 1.2.3685-21.
3. Указ Президента РФ о национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286, с изменениями).

5. Федеральная образовательная программа начального общего образования (ФОП НОО).

6. Единая модель профориентации обучающихся (Профориентационный минимум).

7. Концепция организационно-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся..

Направление внеурочной деятельности: социальное.

Адресат программы: обучающиеся 3–4 классов (возраст 9–11 лет).

Срок реализации: 1 учебный год (34 учебные недели).

Объём программы: 34 часа (1 час в неделю).

Форма организации: групповые занятия с элементами тренинга, проектной и игровой деятельности.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы — формирование гибких навыков младших школьников (с приоритетным развитием эмоционального интеллекта, социального познания, волевой саморегуляции и эмоциональной устойчивости) средствами профориентационной деятельности.

Задачи программы:

В области развития эмоционального интеллекта (приоритетное направление):

— формировать умение идентифицировать, дифференцировать и вербализовать собственные эмоциональные состояния и эмоции окружающих в контексте различных профессиональных ситуаций;

— развивать навыки осознанного управления эмоциями, освоение элементарных стратегий эмоциональной саморегуляции.

В области развития социального познания и эмпатии (приоритетное направление):

— формировать способность к восприятию перспективы другого человека (децентрации), пониманию его мотивов, чувств и намерений;

— развивать эмпатическую отзывчивость через моделирование

профессиональных ситуаций, требующих заботы, помощи, сочувствия.

В области развития волевой саморегуляции и эмоциональной устойчивости (приоритетное направление):

- формировать умение ставить цель, планировать последовательность действий, удерживать внимание на задаче и доводить начатое до завершения;
- развивать навыки конструктивного реагирования на трудности, ошибки и фрустрирующие ситуации;
- укреплять эмоциональную устойчивость через постепенное усложнение деятельности и рефлексии опыта преодоления.

В области поддержания и развития коммуникативных навыков:

- совершенствовать умения сотрудничества, командного взаимодействия и конструктивного разрешения конфликтов в совместной профориентационной деятельности.

В области поддержания и развития креативности:

- поддерживать творческую активность, гибкость мышления и готовность к генерированию нестандартных решений в профориентационном контексте.

В области ранней профориентации:

- расширять представления обучающихся о мире профессий, их содержании и значимости для общества;
- способствовать формированию первичной рефлексии собственных интересов, склонностей и способностей.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

3.1. Личностные результаты

Обучающийся научится и/или получит возможность научиться: осознавать собственные эмоциональные состояния и понимать их влияние на поведение; проявлять эмпатию и уважение к чувствам, мнениям и позициям окружающих; демонстрировать готовность к преодолению трудностей, проявлять настойчивость и ответственность в выполнении заданий; осознавать ценность различных профессий и уважительно относиться к труду;

проявлять интерес к самопознанию, рефлексии собственных склонностей и возможностей.

3.2. Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия: обучающийся научится формулировать цель деятельности, планировать последовательность шагов, контролировать процесс выполнения задания, оценивать результат и вносить коррективы; применять элементарные стратегии саморегуляции в ситуациях эмоционального напряжения.

Коммуникативные универсальные учебные действия: обучающийся научится выражать свои мысли и чувства в устной форме, слушать и слышать собеседника, задавать вопросы для уточнения информации, работать в паре и группе, договариваться о распределении ролей и способах совместной деятельности.

Познавательные универсальные учебные действия: обучающийся научится анализировать информацию о профессиях, сравнивать и классифицировать профессиональные роли по различным основаниям, устанавливать причинно-следственные связи между качествами человека и требованиями профессии.

3.3. Предметные (тематические) результаты

Обучающийся будет знать: не менее 30 профессий из различных профессиональных сфер; основные эмоции и способы их выражения; элементарные приёмы управления эмоциями и поведением; правила конструктивного общения и сотрудничества.

Обучающийся будет уметь: распознавать и называть эмоции (свои и других людей) в моделируемых профессиональных ситуациях; применять приёмы саморегуляции; работать в команде, распределяя роли и ответственность; рефлексировать собственную деятельность и формулировать выводы о своих интересах и сильных сторонах.

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа включает 5 тематических модулей, выстроенных в логике

постепенного углубления работы с гибкими навыками в профорientационном контексте.

МОДУЛЬ 1. «Я И МОИ ЭМОЦИИ В МИРЕ ПРОФЕССИЙ» (8 часов)

Приоритетный развиваемый навык: эмоциональный интеллект

Данный модуль является базовым и направлен на формирование эмоциональной грамотности обучающихся. Профессиональный контекст используется как естественное пространство для обнаружения, называния и анализа широкого спектра эмоциональных переживаний.

Содержание модуля:

Занятие 1. «Зачем людям профессии? Зачем людям эмоции?»

Вводное занятие. Актуализация представлений о мире профессий и роли эмоций в жизни и деятельности человека. Создание «Эмоционального словарика профессионала». Установление правил групповой работы. Входная мини-диагностика (рефлексивная анкета «Что я знаю о своих эмоциях»).

Занятие 2. «Эмоции на рабочем месте: профессии, в которых чувства — главный инструмент»

Знакомство с профессиями, в которых эмоциональная компетентность является ключевой (врач, воспитатель, психолог, спасатель, актёр). Упражнение «Угадай эмоцию профессионала» (работа с фотографиями и видеофрагментами). Обсуждение: какие эмоции помогают, а какие мешают в работе.

Занятие 3. «Палитра моих чувств»

Углублённая работа с дифференциацией эмоций. Понятие о базовых и сложных (составных) эмоциях. Упражнение «Эмоциональная палитра»: обучающиеся соотносят цвета с эмоциями, создают индивидуальную «палитру дня». Ролевая мини-сценка: «Один день из жизни воспитателя» — распознавание эмоций персонажей.

Занятие 4. «Что чувствует доктор? Что чувствует пациент?»

Моделирование ситуации «На приёме у врача». Работа в парах: один — врач, другой — пациент. Задача: определить и назвать, какие эмоции

испытывает каждый участник. Обсуждение: почему важно понимать чувства другого человека в профессии врача. Введение понятия «эмоциональная внимательность».

Занятие 5. «Эмоции под контролем: как профессионалы справляются с трудными чувствами»

Знакомство с профессиями, требующими высокого уровня эмоциональной саморегуляции (пожарный, диспетчер, хирург, пилот). Обсуждение: что делают профессионалы, когда чувствуют страх, злость, растерянность. Освоение приёма «Светофор эмоций» (остановись — подумай — действуй). Практическое упражнение с моделированием стрессовой ситуации (игра «Диспетчер»).

Занятие 6. «Мастерская эмоциональных помощников»

Творческое занятие. Обучающиеся в мини-группах разрабатывают и изготавливают «Набор эмоциональных помощников» (карточки-стратегии: «Дыши», «Посчитай до 10», «Нарисуй эмоцию», «Поговори с другом»). Каждая группа представляет профессию, в которой данные стратегии были бы наиболее полезны.

Занятие 7. «Эмоциональный детектив»

Квест-игра. Обучающиеся в роли «эмоциональных детективов» проходят станции, связанные с различными профессиями. На каждой станции — задание на распознавание, называние или регулирование эмоций в контексте профессиональной ситуации. Командная работа с элементами соревнования.

Занятие 8. «Мой эмоциональный портрет»

Рефлексивное занятие. Обучающиеся создают «Мой эмоциональный портрет профессионала» — коллаж или рисунок, отражающий их сильные стороны в области понимания и управления эмоциями, а также зоны роста. Групповое обсуждение: чему научились, что было трудно, что удивило. Промежуточная рефлексивная анкета.

МОДУЛЬ 2. «Я ПОНИМАЮ ДРУГОГО: ЭМПАТИЯ И ПРОФЕССИИ

ПОМОЩИ» (8 часов)

Приоритетный развиваемый навык: социальное познание (эмпатия, децентрация, восприятие перспективы другого)

Модуль направлен на формирование способности воспринимать мир глазами другого человека, понимать его потребности, чувства и мотивы. Профессии сферы «человек — человек» выступают контекстом для тренировки эмпатических навыков.

Содержание модуля:

Занятие 9. «В чужих ботинках: зачем профессионалу понимать другого?»

Введение понятия «эмпатия» в доступной форме (умение «встать на место другого»). Обсуждение: в каких профессиях это особенно важно. Упражнение «Чужие ботинки»: обучающиеся вытягивают карточку с описанием человека (ребёнок, которому страшно идти к стоматологу; бабушка, которая не понимает, как пользоваться телефоном; новый ученик в классе) и пытаются рассказать, что этот человек чувствует и чего хотел бы.

Занятие 10. «Профессия — учитель: как понять каждого ученика»

Ролевая игра «Я — учитель». Моделирование классной ситуации: разные «ученики» (стеснительный, расстроенный, непоседливый, скучающий). Задача «учителя» — понять, что чувствует каждый, и найти подход. Обсуждение: как учитель узнаёт о чувствах ученика, даже если тот не говорит о них прямо (язык тела, мимика, поведение).

Занятие 11. «Профессия — социальный работник: помощь тем, кому трудно»

Знакомство с профессией социального работника. Работа с кейсами: ситуации людей, которым нужна помощь (пожилые люди, люди с ограниченными возможностями здоровья, многодетные семьи). Упражнение «Письмо поддержки»: обучающиеся пишут воображаемое письмо человеку, которому сейчас трудно, стараясь проявить понимание и сочувствие.

Занятие 12. «Профессия — ветеринар: чувствуем тех, кто не может

сказать»

Обсуждение профессии ветеринара как профессии, требующей особой чуткости. Упражнение «Невербальная эмпатия»: один участник без слов показывает, что он чувствует (расстроен, устал, рад, боится), другой должен «прочитать» его состояние и предложить помощь. Творческое задание: «Памятка чуткого ветеринара».

Занятие 13. «Конфликт на работе: как понять обе стороны»

Моделирование конфликтных профессиональных ситуаций (продавец и покупатель, врач и встревоженный родитель пациента). Работа с техникой «Два стула»: обучающийся поочерёдно представляет позицию каждой стороны. Обсуждение: как понимание обеих сторон помогает разрешить конфликт. Формулирование правила: «Прежде чем спорить — пойми».

Занятие 14. «Журналист: искусство задавать вопросы и слушать»

Знакомство с профессией журналиста. Практикум «Интервью»: обучающиеся в парах берут друг у друга интервью на тему «Что тебя радует и что огорчает в школе». Акцент на навыке активного слушания (техники: кивок, уточняющий вопрос, перефразирование). Обсуждение: что нового я узнал о своём однокласснике.

Занятие 15. «Дизайнер для людей: создаём с заботой о другом»

Знакомство с профессией дизайнера (среды, одежды, игрушек). Проектное задание: в мини-группах разработать эскиз предмета (детской площадки, комнаты, рюкзака) для конкретного «заказчика» (маленький ребёнок, пожилой человек, человек в инвалидном кресле). Акцент: чтобы создать что-то полезное — нужно понять потребности другого.

Занятие 16. «Фестиваль эмпатии»

Итоговое занятие модуля. Групповая творческая презентация: каждая группа готовит мини-представление (сценка, плакат, живая газета) о профессии помощи и демонстрирует, почему в этой профессии важно понимать другого. Рефлексия: «Что изменилось в том, как я понимаю других людей?»

МОДУЛЬ 3. «Я МОГУ! ВОЛЯ, ТЕРПЕНИЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВЫЗОВЫ» (8 часов)

Приоритетный развиваемый навык: волевая саморегуляция и эмоциональная устойчивость

Модуль направлен на развитие способности к целеполаганию, планированию, удержанию внимания, преодолению трудностей и конструктивному отношению к ошибкам. Профориентационный контекст создаёт ситуации постепенно возрастающей сложности.

Содержание модуля:

Занятие 17. «Профессии терпения и точности»

Знакомство с профессиями, требующими высокой волевой регуляции (хирург, часовщик, ювелир, программист, сапёр). Обсуждение: что помогает этим людям быть точными и терпеливыми. Практическое задание «Операция «Точность»»: выполнение задания, требующего аккуратности и концентрации (перенести «хирургическими» пинцетами мелкие предметы). Рефлексия: что было трудно, как справлялся.

Занятие 18. «Цель — план — результат: как работают проектировщики и инженеры»

Знакомство с профессиями проектировщика, инженера, архитектора. Понятие о цикле «Цель — План — Действие — Результат — Рефлексия». Практическое задание: построить из бумаги и подручных материалов башню максимальной высоты за ограниченное время. Перед началом — обязательный этап планирования. Обсуждение: помог ли план? Что бы изменили?

Занятие 19. «Ошибка — не провал: профессии, где ошибки ведут к открытиям»

Знакомство с профессиями учёного, изобретателя. Истории знаменитых «ошибок», приведших к открытиям (пенициллин, клейкие стикеры и т.д.). Формирование конструктивного отношения к ошибкам. Практическое задание: решение головоломок с намеренно заложенными «тупиками». Рефлексия: как я реагировал на неудачу? Что помогло продолжить?

Занятие 20. «Спасатели: действовать, когда страшно»

Знакомство с профессиями спасателя, пожарного. Обсуждение: как профессионалы преодолевают страх и действуют в экстремальных условиях. Понятие «эмоциональная устойчивость». Практикум: полоса препятствий (игровая) с неожиданными «осложнениями» (дополнительные задания, изменение правил). Тренировка навыка «Сохраняй спокойствие и думай».

Занятие 21. «Повар и кондитер: терпение, которое можно попробовать на вкус»

Знакомство с профессиями повара, кондитера. Обсуждение: почему важно следовать рецепту (плану), быть терпеливым и доводить дело до конца. Практическое задание: пошаговое выполнение сложной оригами-фигуры («профессиональное блюдо из бумаги»). Акцент на следовании инструкции и преодолении желания бросить при затруднении.

Занятие 22. «Тренер и спортсмен: путь от тренировки к победе»

Знакомство с профессиями тренера, спортсмена. Понятие о том, что мастерство — результат многократного повторения и дисциплины. Практикум: обучающиеся ставят себе мини-цель (например, попасть мячом в корзину 5 из 10 раз) и тренируются. Ведение «Дневника тренировок»: фиксация попыток, результатов, эмоций и стратегий улучшения.

Занятие 23. «Командный проект: строим город профессий»

Проектное занятие. Мини-группы получают задание: спроектировать и создать из подручных материалов один «квартал» города профессий. Задание включает обязательные этапы: распределение ролей, составление плана, реализация, презентация. Педагог намеренно вводит «осложняющие факторы» (нехватка материалов, дополнительные требования). Тренировка волевой регуляции и устойчивости к фрустрации в групповой деятельности.

Занятие 24. «Мой щит устойчивости»

Рефлексивно-творческое занятие. Обучающиеся создают индивидуальный «Щит устойчивости» — визуальное отображение своих стратегий преодоления трудностей, источников поддержки и личных

достижений в области волевой саморегуляции. Групповое обсуждение: что помогает мне не сдаваться? Как я вырос за этот модуль?

МОДУЛЬ 4. «ВМЕСТЕ СИЛЬНЕЕ: КОМАНДНАЯ РАБОТА В ПРОФЕССИЯХ» (6 часов)

Развиваемые навыки: коммуникация и сотрудничество (поддержание и углубление), с интеграцией ранее сформированных навыков эмоционального интеллекта, эмпатии и саморегуляции

Модуль направлен на совершенствование коммуникативных навыков и навыков сотрудничества через моделирование ситуаций профессионального командного взаимодействия. Принципиальной особенностью модуля является интеграция навыков, сформированных в модулях 1–3: обучающиеся применяют умения распознавать эмоции, проявлять эмпатию и регулировать поведение в контексте совместной деятельности.

Содержание модуля:

Занятие 25. «Профессии-команды: когда один в поле не воин»

Знакомство с профессиями, невозможными без командной работы (съёмочная группа фильма, бригада врачей, экипаж самолёта, строительная бригада). Обсуждение: что происходит, если один член команды не выполняет свою роль. Упражнение «Слепой, немой, безрукий»: работа в тройках с ограничениями, требующая взаимопомощи и коммуникации.

Занятие 26. «Мы — съёмочная группа»

Ролевая игра: мини-группы создают короткий «фильм» (разыгрывают сценку) о профессии. Роли: режиссёр, оператор, актёры, сценарист. Акцент: умение договариваться, слушать идеи каждого, распределять ответственность. Рефлексия с применением техник из модуля 2: «Как ты думаешь, что чувствовал участник твоей группы, когда его идею не приняли?»

Занятие 27. «Стройка века: архитектор, прораб, строитель»

Командное строительное задание (конструирование из LEGO, бумаги или картона по чертежу). У каждого участника своя роль и своя часть информации (чертежа). Задание невозможно выполнить без обмена

информацией и координации. Включение «стрессового фактора» (ограничение времени) — тренировка саморегуляции в условиях командной работы.

Занятие 28. «Редакция газеты: создаём выпуск «Газеты профессий»»

Проектное занятие. Группы работают как «редакция»: распределяют рубрики, пишут заметки, создают иллюстрации, верстают страницу. Роли: главный редактор, журналисты, иллюстратор, корректор. Интеграция всех навыков: коммуникация, эмпатия (понимание читателя), саморегуляция (соблюдение дедлайнов), креативность.

Занятие 29. «Трудный заказчик: общение в сложных ситуациях»

Рольевые игры: моделирование ситуаций, где «клиент» предъявляет сложные требования (капризный заказчик в ателье, нерешительный покупатель в магазине, тревожный родитель на приёме у педагога). Тренировка навыков конструктивной коммуникации с интеграцией эмоционального интеллекта и эмпатии.

Занятие 30. «Мой вклад в команду»

Рефлексивное занятие. Обучающиеся анализируют свой командный опыт за модуль: какую роль я чаще выбираю? Что у меня получается лучше всего в команде? Что я хочу улучшить? Взаимная обратная связь: каждый участник получает от одноклассников «комплимент командному игроку» — записку с описанием его вклада в общую работу.

МОДУЛЬ 5. «МОИ НАВЫКИ — МОЁ БУДУЩЕЕ» (4 часа)

Развиваемые навыки: интеграция всех гибких навыков, рефлексия, самопознание

Завершающий модуль направлен на интеграцию и рефлекссию сформированных гибких навыков, осознание обучающимися собственного прогресса и формирование мотивации к дальнейшему развитию.

Содержание модуля:

Занятие 31. «Ярмарка профессий и навыков»

Интерактивная игра «Ярмарка». Станции, представляющие различные

профессиональные сферы. На каждой станции — задание, активизирующее определённый гибкий навык (или комбинацию навыков). Обучающиеся проходят все станции, собирая «бейджи навыков» за успешное выполнение заданий.

Занятие 32. «Моё портфолио навыков»

Индивидуальная работа по созданию «Портфолио гибких навыков». Обучающийся собирает в портфолио: свой эмоциональный портрет (из модуля 1), «Щит устойчивости» (из модуля 3), «Комплименты командному игроку» (из модуля 4), рефлексивные записи. Составляет раздел «Мои сильные стороны» и «Я хочу развить».

Занятие 33. «Письмо себе в будущее»

Обучающиеся пишут письмо себе, которое откроют через год. В письме: что я узнал о себе, какие навыки развил, кем хочу стать и какие качества мне для этого понадобятся, что пожелаю себе будущему. Групповое обсуждение (по желанию): чем хочу поделиться.

Занятие 34. «Большой финал: защита проектов «Профессия моей мечты и навыки, которые мне нужны»»

Итоговое занятие. Обучающиеся представляют индивидуальные или парные мини-проекты: рассказ о профессии, которая их заинтересовала, и о гибких навыках, необходимых для этой профессии, с рефлексией — какие из

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Модуль	Приоритетный развиваемый навык
1	Зачем людям профессии? Зачем людям эмоции?	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
2	Эмоции на рабочем месте: профессии, в которых чувства — главный инструмент	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
3	Палитра моих чувств	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
4	Что чувствует доктор? Что чувствует пациент?	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
5	Эмоции под контролем: как профессионалы справляются с трудными чувствами	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект

6	Мастерская эмоциональных помощников	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
7	Эмоциональный детектив	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
8	Мой эмоциональный портрет	1	Модуль 1	Эмоциональный интеллект
9	В чужих ботинках: зачем профессионалу понимать другого?	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
10	Профессия — учитель: как понять каждого ученика	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
11	Профессия — социальный работник: помощь тем, кому трудно	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
12	Профессия — ветеринар: чувствуем тех, кто не может сказать	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
13	Конфликт на работе: как понять обе стороны	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
14	Журналист: искусство задавать вопросы и слушать	1	Модуль 2	Социальное познание, коммуникация
15	Дизайнер для людей: создаём с заботой о другом	1	Модуль 2	Социальное познание, креативность
16	Фестиваль эмпатии	1	Модуль 2	Социальное познание, эмпатия
17	Профессии терпения и точности	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
18	Цель — план — результат: как работают проектировщики и инженеры	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
19	Ошибка — не провал: профессии, где ошибки ведут к открытиям	1	Модуль 3	Эмоциональная устойчивость
20	Спасатели: действовать, когда страшно	1	Модуль 3	Эмоциональная устойчивость
21	Повар и кондитер: терпение, которое можно попробовать на вкус	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
22	Тренер и спортсмен: путь от тренировки к победе	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция
23	Командный проект: строим город профессий	1	Модуль 3	Волевая саморегуляция, сотрудничество
24	Мой щит устойчивости	1	Модуль 3	Эмоциональная устойчивость, рефлексия
25	Профессии-команды: когда один в поле не воин	1	Модуль 4	Коммуникация, сотрудничество
26	Мы — съёмочная группа	1	Модуль 4	Коммуникация, креативность
27	Стройка века: архитектор, прораб, строитель	1	Модуль 4	Сотрудничество, саморегуляция
28	Редакция газеты: создаём выпуск	1	Модуль 4	Интеграция навыков

	«Газеты профессий»			
29	Трудный заказчик: общение в сложных ситуациях	1	Модуль 4	Коммуникация, эмоциональный интеллект
30	Мой вклад в команду	1	Модуль 4	Рефлексия, социальное познание
31	Ярмарка профессий и навыков	1	Модуль 5	Интеграция всех навыков
32	Моё портфолио навыков	1	Модуль 5	Рефлексия, самопознание
33	Письмо себе в будущее	1	Модуль 5	Рефлексия, целеполагание
34	Большой финал: защита проектов	1	Модуль 5	Интеграция всех навыков
	ИТОГО	34		

6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

6.1. Формы и методы организации деятельности

Программа реализуется с использованием активных и интерактивных форм и методов, соответствующих возрастным особенностям обучающихся 3–4 классов и обеспечивающих деятельностный характер освоения гибких навыков:

Ролевые и сюжетно-ролевые игры профориентационной направленности — обеспечивают моделирование профессиональных ситуаций, в которых обучающиеся осваивают различные социальные роли и тренируют навыки эмоциональной идентификации, эмпатии и коммуникации.

Тренинговые упражнения — целенаправленные упражнения на развитие конкретных компонентов гибких навыков (распознавание эмоций, активное слушание, приёмы саморегуляции) с обязательным этапом рефлексии.

Проектная деятельность — краткосрочные групповые и индивидуальные проекты, требующие целеполагания, планирования, распределения ролей, координации и презентации результатов.

Моделирование проблемных ситуаций и кейс-метод — работа с ситуациями, требующими анализа эмоций, понимания позиций различных

участников и поиска конструктивного решения.

Квест-игры — игровые формы с прохождением станций, обеспечивающие комплексную тренировку нескольких навыков в единой сюжетной канве.

Творческие мастерские — создание продуктов (коллажей, плакатов, карточек, портфолио), визуализирующих рефлексивный опыт обучающихся.

Рефлексивные практики — систематическое использование техник рефлексии (рефлексивные круги, анкеты, дневники, «письма себе»), обеспечивающих осознание собственного опыта и прогресса.

6.2. Структура типового занятия

Каждое занятие продолжительностью 40 минут строится по следующей структуре:

Ритуал приветствия и эмоциональный чек-ин (3–5 мин.) — обучающиеся обозначают своё текущее эмоциональное состояние (с помощью цветowych карточек, шкалы настроения или устного высказывания). Данный элемент обеспечивает систематическую тренировку навыка эмоциональной идентификации.

Мотивационно-ориентировочный этап (5–7 мин.) — введение в тему занятия через проблемный вопрос, видеофрагмент, загадку или короткую историю, связанную с профессией.

Основной этап (20–25 мин.) — активная деятельность обучающихся (ролевая игра, тренинговое упражнение, проектная работа, квест и т.д.).

Рефлексивный этап (5–7 мин.) — обсуждение полученного опыта по направляющим вопросам: «Что я чувствовал?», «Что было трудно?», «Что нового я узнал о себе?», «Как это связано с профессией?», «Где мне это пригодится?»

Ритуал завершения (2–3 мин.) — краткое подведение итогов, эмоциональный чек-аут.

6.3. Принципы реализации программы

Принцип деятельностного подхода: гибкие навыки формируются не

путём информирования, а через активное включение обучающихся в деятельность, моделирующую ситуации, требующие применения данных навыков.

Принцип систематичности и последовательности: модули программы выстроены в логике постепенного расширения и интеграции: от внутриличностных навыков (эмоциональный интеллект, саморегуляция) к межличностным (эмпатия, коммуникация) и к интегративным (проектная работа, рефлексия).

Принцип рефлексивности: каждое занятие включает обязательный рефлексивный компонент, обеспечивающий осознание обучающимися собственного эмоционального и поведенческого опыта.

Принцип психологической безопасности: в группе создаётся атмосфера доверия, принятия и безоценочности, в которой каждый обучающийся может свободно выражать эмоции, совершать ошибки и обращаться за поддержкой.

Принцип профориентационной контекстуальности: профессии и профессиональные ситуации выступают не самоцелью, а содержательным контекстом, обеспечивающим мотивацию, сюжетность и практическую направленность формирования гибких навыков.

Принцип возрастосообразности: содержание, формы и методы работы соответствуют возрастным психологическим особенностям обучающихся 9–11 лет (ведущая деятельность — учебная, значимость игрового компонента, начало формирования рефлексии, потребность в социальном признании).

7. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Оценка результативности программы осуществляется в контексте магистерского исследования и включает три уровня диагностики:

7.1. Входная диагностика (констатирующий этап)

Проводится до начала реализации программы с использованием диагностического инструментария, применённого на констатирующем этапе

магистерского исследования (методики диагностики эмоционального интеллекта, эмпатии, волевой саморегуляции, коммуникативных навыков и креативности, соответствующие возрасту обучающихся).

7.2. Текущая (формирующая) оценка

Осуществляется на протяжении всего курса с использованием следующих инструментов:

- Рефлексивные анкеты по итогам каждого модуля (самооценка обучающимися собственного прогресса в области развиваемых навыков).

- Педагогическое наблюдение по структурированной карте наблюдения, фиксирующей проявления целевых навыков в деятельности обучающихся (частота, качество, самостоятельность применения).

- Портфолио обучающегося — накопительная система продуктов деятельности (рисунки, записи, проекты), отражающих динамику развития навыков.

7.3. Итоговая диагностика (контрольный этап)

Проводится по завершении программы с использованием того же диагностического инструментария, что и на входной диагностике, что обеспечивает возможность сравнительного анализа и оценки эффективности программы. Дополняется анализом портфолио и материалов итоговой защиты проектов.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для реализации программы необходимы: учебный кабинет с возможностью свободной расстановки мебели (работа в круге, в мини-группах); мультимедийное оборудование (проектор, экран, компьютер/ноутбук, аудиокolonки); канцелярские принадлежности (бумага, картон, фломастеры, карандаши, ножницы, клей, ватманы); материалы для творческих мастерских и конструирования (LEGO или аналоги, бумага для оригами, подручные материалы); дидактические материалы (карточки эмоций, карточки профессий, сценарии ролевых игр, кейсы, чек-листы наблюдения); бланки рефлексивных анкет, шаблоны портфолио.