



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

П.В. Салугин

« 03 октября » 2025 г.

### Контент-план проекта

государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Самарской области

«Губернский колледж г. Сызрани»

**«Цифровая карьерная среда в профессиональной образовательной организации - инструмент содействия занятости студентов и выпускников профессиональных образовательных организаций»**

(октябрь 2025 – август 2026)

Октябрь, 3 неделя			
День недели	Тематика поста	Формат	Примерное содержание
Вторник	Карьерный план: твой конструктор успешного будущего <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото, Видео	Алгоритм, как собрать свой план с нуля: от анализа желаний до первого уверенного шага в профессии. Демонстрация возможностей АИС «Трудовые ресурсы. Самарская область» как сервиса для планирования карьерного пути.  <i>Интерактив: «Опиши свою цель одним эмодзи».</i>
Октябрь, 4 неделя			
День недели	Тема	Формат	Примерное содержание
Вторник	Стена на пути к цели: как пробить и не сломаться <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Разбор типичных препятствий и способов их преодоления.

			<i>Интерактив: опрос «Что тебя чаще всего останавливает на пути к карьере?»</i>
Пятница	Диалог о карьере Встреча студентов с представителями работодателя АО «Сызранский НПЗ» <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с вакансиями и условиями трудоустройства на предприятии
<b>Ноябрь, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	АИС «Трудовые ресурсы. Самарская область» - самостоятельный шаг на пути построения карьеры	Текстовая статья/ Карточки	Наглядная информация в виде памятки - пошаговой инструкции, которая поможет избежать распространённых ошибок и успешно зарегистрироваться в системе
<b>Ноябрь, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Такой разный успех: истории тех, кто нашел свою работу мечты <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Истории успеха, Видео/ Интервью	Интервью с профессионалами из разных сфер, которые нашли свой путь.
Пятница	Поверь в себя Диалог о карьере, ролевые и деловые игры "Прием на работу" "Собеседование"	Путь к успешному трудоустройству через тренинг/ фото	Информация об организации и проведении тренинговых занятий со студентами-инвалидами.
<b>Ноябрь, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Почему развитие навыков – лучший путь к успеху <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото/ Цитаты	Пост о развитии навыков для карьерного роста.
Пятница	Опрос на тему «Какие навыки необходимы для успеха в твоей профессии?» <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Опрос	Опрос на заданную тему.
<b>Ноябрь, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>

Вторник	Карьерный план – твой конструктор успешного будущего Топ-5 навыков: что ищут работодатели? <i>#КарьерныйПлан</i>	Фото/ Инфографика	Обзор самых востребованных профессиональных навыков.  <i>Интерактив: «Изучи и заполни шаблон карьерного плана»</i>
<b>Декабрь, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Пятница	Почему целевое обучение увеличивает шансы на успешную карьеру <i>#КарьерныйПлан</i>	Фото/ Инфографика/ Вдохновляющий пост	Основные преимущества целевого обучения для студентов. Как оно помогает в достижении карьерных целей. Презентация площадок для целевого обучения от партнеров-работодателей. Пост-сбор вопросов о целевом обучении.
	Задай свой вопрос о целевом обучении <i>#КарьерныйПлан</i>	Опрос	
<b>Декабрь, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Вы спрашивали – мы отвечаем <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Видео/ Интервью	Ответы на самые популярные вопросы о целевом обучении.
Пятница	Диалог о карьере Встреча студентов с представителями работодателя <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с вакансиями и условиями трудоустройства на предприятии
<b>Декабрь, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Как дуальное обучение помогает развивать навыки, востребованные на рынке труда <i>#КарьерныйПлан</i>	Видео/ Интервью	Интервью с преподавателем или работодателем о том, какие навыки можно развивать при дуальном обучении и как это отражается на карьерных возможностях.
Среда	Диалог о карьере Встреча студентов с представителями работодателя <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с вакансиями и условиями трудоустройства на предприятии

Пятница	Сила отдыха! Обновить энергию на полную! <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Мемы	Пост и мем о том, что настоящая сила в умении вовремя отдыхать и восстанавливать свои силы.  <i>Интерактив: «Поделись своим способом отдыха»</i>
<b>Декабрь, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Привычки для профессионального роста: открываем двери к успеху <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Советы по внедрению небольших, но эффективных привычек для ежедневного совершенствования.  <i>Интерактив: «Какая привычка из поста тебе понравилась?»</i>
Пятница	Высшее образование – повышение профессионализма Встреча студентов с представителями вузов <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с условиями поступления в вуз и продолжения профессионального образования
<b>Январь, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Прокачай свои суперсилы <i>#КарьерныйПлан</i>	Видео/ Интервью, Текстовый пост/ Инфографика	Способы определить и максимально использовать свои сильные стороны.  <i>Интерактив: «Напиши свою суперсилу в профессии»</i>
<b>Январь, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Полезные ресурсы для трудоустройства <i>#ПоискРаботы</i>	Текстовая статья/ Фото	Обзор полезных ресурсов для трудоустройства. Демонстрация возможностей АИС «Трудовые ресурсы. Самарская область» как сервиса для планирования карьерного

			пути. <i>Интерактив: «Какой сервис из обзора попробуешь?»</i>
<b>Февраль, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Инструменты времени: управляйте своим днем и прокачайте продуктивность <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Обзор методов тайм-менеджмента и инструментов для профессионального обучения.  <i>Интерактив: «Какой метод тайм-менеджмента используешь?»</i>
Пятница	Высшее образование – повышение профессионализма Встреча студентов с представителями вузов <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с условиями поступления в вуз и продолжения профессионального образования
<b>Февраль, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Ошибки, которых следует избегать при поиске работы в социальных сетях. <i>#ПоискРаботы</i>	Фото/ Видео, Текстовая статья	Разбор самых распространенных ошибок, мешающих успешному поиску работы через социальные сети.
<b>Февраль, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>День недели</b>	<b>День недели</b>	<b>День недели</b>
Вторник	Резюме, от которого не откажутся <i>#ПоискРаботы</i>	Инфографика/ Текстовая статья, Видео	Визуальное представление структуры резюме, включая все необходимые разделы. Демонстрация возможностей АИС «Трудовые ресурсы. Самарская область» как сервиса для планирования карьерного пути.  <i>Интерактив: «Какой совет из поста</i>

			<i>возьмешь на вооружение?»</i>
Пятница	Вредные советы <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Фото	Руководство о самых распространенных ошибках в резюме и как их избежать.  <i>Интерактив: «Добавь свой «вредный совет» в комментариях»</i>
<b>Февраль, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Как составить резюме без опыта работы? <i>#ПоискРаботы</i>	Видео	Взгляд работодателя на резюме соискателя без опыта работы.
<b>Март, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Диалог о карьере Встреча студентов с представителями работодателя <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с вакансиями и условиями трудоустройства на предприятии
Пятница	Истории успеха: как знаменитые личности совмещают работу и увлечения <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Истории успеха/ Фото/ Цитаты	Краткий обзор примеров известных личностей, которые добились успеха в карьере благодаря своим хобби.
<b>Март, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Сопроводительное письмо <i>#ПоискРаботы</i>	Текстовая статья/ Фото/ Инфографика	Пост о том, как составить сопроводительное письмо.  <i>Интерактив: «Напиши первую фразу своего сопроводительного письма»</i>
<b>Март, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Как правильно подготовиться к собеседованию <i>#ПоискРаботы</i>	Вдохновляющий пост	Пост о том, как подготовиться к собеседованию.

			<i>Интерактив: опрос «Что сложнее: готовиться или проходить?»</i>
Пятница	Как успешно пройти собеседование <i>#ПоискРаботы</i>	Видео	Взгляд работодателя на процесс собеседования с соискателями без опыта работы.
<b>Март, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Как справиться со страхом неудач <i>#КарьерныйПлан</i>	Видео	Интервью с психологом о том, как справиться со страхом неудачи.
<b>Апрель, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Диалог о карьере Встреча студентов с представителями работодателя <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Знакомство с вакансиями и условиями трудоустройства на предприятии
<b>Апрель, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Пятница	Выпускники и их карьера <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Истории успеха Видео/ Интервью/	Интервью или история выпускников, которые прошли целевое обучение и добились успеха в своей профессиональной деятельности.
<b>Апрель, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Уверенность как навык: с чего начать и как развивать <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Советы, как развивать уверенность в себе.
Пятница	Мотивация для великих свершений <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Вдохновляющий пост/ Текстовая статья	Подсказки о том, какая бывает мотивация.
<b>Апрель, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Как напомнить о себе после собеседования	Текстовый пост/ Фото	Как получить обратную связь от работодателя.

	#ПоискРаботы		
<b>Май, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Деловая переписка #КарьерныйПлан	Фото	Советы, как вести деловую переписку.
Пятница	Книги и фильмы, которые вдохновляют на карьерные подвиги #МотивацияКарьерногоРоста	Текстовая статья/ Фото/ Цитаты	Рекомендации книг и фильмов для мотивации.  <i>Интерактив: «Посоветуй книгу или фильм о карьере»</i>
<b>Май, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Почему важно пересматривать свой карьерный план? #КарьерныйПлан	Вдохновляющий пост/ Текстовая статья	Обсуждение причин, по которым регулярная оценка и корректировка карьерных целей являются ключевыми для профессионального роста.
<b>Май, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Секрет успеха: как превратить неудачу в трамплин #МотивацияКарьерногоРоста	Текстовая статья/ Фото	История о том, что неудачи — это часть пути. Примеры известных людей, которые добились успеха, не сдаваясь после провалов.
Пятница	Твой карьерный план: как это начиналось и как это идет сейчас #КарьерныйПлан	Опрос	Призыв поделиться, как изменился из карьерный план.
<b>Май, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Цифровой след: что о вас знает работодатель? #ПоискРаботы	Текстовая статья/ Видео	Почему важно управлять своей репутацией в интернете и как сделать свои социальные сети привлекательными для рекрутеров.
<b>Июнь, 1 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>

Вторник	Старт лета — старт новых целей <i>#КарьерныйПлан</i>	Инфографика/ Фото	Как использовать летнее время для прокачки навыков, прохождения стажировок или подготовки к целевому обучению.  <i>Интерактив: опрос «Лето — время отдыха или работы?»</i>
Пятница	Летняя мотивация: как не потерять фокус на карьере <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Текстовая статья/ Фото	Советы, как оставаться продуктивным и мотивированным летом, не забывая о карьерных целях.
<b>Июнь, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Целевое обучение: путь к стабильной карьере <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Обзор концепции целевого обучения, его преимущества и возможности трудоустройства после окончания обучения.  <i>Интерактив: «Какие вопросы остались о целевом обучении?»</i>
<b>Июнь, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Адаптация на новой работе <i>#КарьерныйПлан</i>	Видео	Видео о процессе адаптации на новой работе.
Пятница	Первый рабочий день <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Мемы	Мем о первом рабочем дне.
<b>Июнь, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Что такое дуальное обучение и почему оно важно для современного образования? <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Пост, который объяснит концепцию дуального обучения, его преимущества и почему оно особенно актуально.  <i>Интерактив: «Что для тебя главное в дуальном обучении?»</i>
<b>Июль, 1 неделя</b>			

День недели	Тема	Формат	Примерное содержание
Вторник	Испытательный срок пройден: что дальше? <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Инфографика	Разбор частой ошибки — расслабиться после получения заветного «вы приняты». Почему вторая-третья неделя часто важнее первой. Как перейти от режима «выживания» к режиму «развития».
Пятница	Режим до и после испытательного срока <i>#КарьерныйПлан</i> <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Мемы/ Сравнительная инфографика	Юмористическое сравнение испытательного срока инфографика поведения и настроения до и после прохождения.
<b>Июль, 2 неделя</b>			
День недели	Тема	Формат	Примерное содержание
Вторник	Как остаться в штате компании мечты <i>#ПоискРаботы</i>	Текстовый пост	Советы, как остаться в штате компании мечты + целевое обучение.
<b>Июль, 3 неделя</b>			
День недели	Тема	Формат	Примерное содержание
Вторник	Это не мое: что делать, если поняли, что ошиблись с работой? <i>#ПоискРаботы</i>	Чек-лист/ Инфографика	Практические шаги: как проанализировать ситуацию, принять решение и грамотно уйти, сохранив нервы и отношения.
Пятница	Точка отсчета: как начать все сначала после неудачного опыта <i>#КарьерныйПлан</i> <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Вдохновляющий пост/ Видео	Советы по перезапуску карьеры: переосмысление целей, обновление резюме, поиск новых возможностей.
<b>Июль, 4 неделя</b>			
День недели	Тема	Формат	Примерное содержание
Вторник	Как выбрать организацию для целевого обучения? <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Практические рекомендации для студентов по выбору организации для целевого обучения.
<b>Август, 1 неделя</b>			
День недели	Тема	Формат	Примерное содержание

Пятница	Итоги лета: перезагрузка перед новым сезоном <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья/ Фото	Подведение итогов летнего периода и подготовка к активному карьерному планированию осенью.
	Чемпионат летних достижений: хвастаемся своими успехами! <i>#МотивацияКарьерногоРоста</i>	Опрос	Призыв поделиться своими летними успехами в учебе, карьере или саморазвитии.
<b>Август, 2 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Карьерные цели на осень: с чего начать? <i>#КарьерныйПлан</i>	Инфографика/ Видео	Пошаговый план постановки целей на новый учебный/рабочий сезон.  <i>Интерактив: опрос «Готов к новым карьерным свершениям?»</i>
<b>Август, 3 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Готовим резюме к осенним вакансиям <i>#ПоискРаботы</i>	Инфографика/ Текстовая статья, Видео	Обновляем резюме вместе: разбор частых ошибок и советы по улучшению.
<b>Август, 4 неделя</b>			
<b>День недели</b>	<b>Тема</b>	<b>Формат</b>	<b>Примерное содержание</b>
Вторник	Как прокачать soft skills за месяц? <i>#КарьерныйПлан</i>	Текстовая статья	Практические советы по развитию гибких навыков за короткий срок.