

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»  
(МОУ СШ № 3)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МОУ СШ №3  
от 30.06.2023 № 159

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ПРЕДПРОФИЛЬНОЙ И**

**ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЙ ПОДГОТОВКЕ**

**УЧАЩИХСЯ**

**«ТВОЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КАРЬЕРА»**

**6 – 11 КЛАССЫ**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Твоя профессиональная карьера» составлена в соответствии с учетом требований Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования на основании нормативно - правовых документов:

- Закона об образовании;
- федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного приказом Минобразования РФ от 05. 03. 2004 года № 1089;
- авторской программы (Чистякова С.Н. Твоя профессиональная карьера. :Программа для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение , 2008)
- авторской программы (Резапкина Г.В. Время выбирать профессию: Программа предпрофильной подготовки.– М.: Просвещение , 2008)
- примерной программы, созданной на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования по изобразительному искусству (Сборник нормативных документов. Предпрофильная подготовка: Федеральный компонент государственного стандарта. Федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы. – М.: Дрофа, 2008).
- базисного учебного плана общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденного приказом Минобразования РФ № 1312 от 09. 03. 2004 (с изменениями и дополнениями);
- федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования.

Программа рассчитана на 6 лет обучения. Основная образовательная программа по предпрофильной подготовке учащихся 6-11 классов в общей сложности составляет 40 часов в учебном году, из них 34 часов на изучение обязательного программы внеурочной деятельности «Твоя профессиональная карьера» и 6 часов отводится на информационную, профконсультационную работу и профессиональные пробы.

Данная программа реализуется в процессе обучения, внеклассной, внешкольной деятельности в условиях взаимодействия школы с другими социальными структурами: семьей, профессиональными учебными заведениями, службой занятости, учреждениями, организациями города.

И осуществляется поэтапно с учетом возрастных особенностей учащихся, преемственности в содержании, формах и методах работы основной школы.

Профориентационная работа в школе проводится с целью создания условий для осознанного профессионального самоопределения учащихся, посредством популяризации и распространения знаний в области профессий, профессионально важных качеств человека, строится на основе личностного восприятия мира профессии, приближенного к кругу профессий ближайшего окружения (родителей, знакомых и т. д.) путем расширения представлений о мире профессий.

Для решения этой задачи используются формы и методы организации учебно-воспитательной деятельности, соответствующей возрастным особенностям учащихся.

Профессиональная ориентация в образовательном учреждении включает в себя следующие компоненты: профессиональное просвещение, развитие профессиональных интересов и склонностей.

Профориентационная работа в школе осуществляется в системе внеклассных, общешкольных мероприятий.

### **Цели программы:**

- создание условий для развития самостоятельной, активно развивающейся творческой личности, способной к адаптации и самореализации в обществе;
- разработка модели профориентационной работы, предпрофильной подготовки, в условиях современной массовой школы.

### **Задачи:**

- создать условия для осознанного профессионального самоопределения учащихся в соответствии со способностями, склонностями, личностными особенностями, потребностями

общества, региона в кадрах, формирование способности к социально-профессиональной адаптации в обществе;

- наладить деловые связи с лицами и организациями, заинтересованными в профессиональной подготовке подрастающего поколения;
- раскрыть роль школьных предметов для понимания структуры профессий;
- сформировать установки на эффективный труд и успешную трудовую карьеру;
- разработать, апробировать корректировку образовательных программ в области профессионального самоопределения школьников;
- повышать профессиональный уровень педагогического коллектива;
- предоставить возможность учащимся школы выполнить серию различных проб в системе «Человек – техника», «Человек – природа», «Человек – знак», «Ч-худ. образ» и т.д

Программа по разработке системы профориентационной работы, предпрофильной подготовки включает следующие направления деятельности:

- **Профпросвещение;** - информирование о массовых и редких профессиях, пропаганда профессий различными формами и средствами (кино, радио, телевидение, книги, лекции, диспуты и др.).
- **Профвоспитание** – формирование склонностей и профессиональных интересов школьников.
- **Профконсультация**- практическая помощь в выборе профессии с учетом склонностей, интересов и сформировавшихся способностей, а также потребностей общества. Профконсультация, нацелена в основном на оказание индивидуальной помощи в выборе профессии со стороны специалистов-профконсультантов.

#### **Планируемые результаты освоения программы обучающимися по внеурочной деятельности.**

##### **Личностные результаты:**

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
- формирование мотива самопознания и саморазвития;
- осознание себя и своего места в жизни.
- овладеют навыками поиска и анализа нужной информации, тестирования, самопрезентации.

##### **Метапредметные результаты:**

- наличие позитивного образа Я: абсолютное принятие человеком самого себя при достаточно полном знании самого себя;
- развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека. б
  - формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.
  - смогут самостоятельно грамотно спланировать свой профессионально - жизненный путь, опираясь на полученные знания. Предметные результаты:
- устойчивый интерес к курсу внеурочной деятельности «Профориентация»;
- знание объективных психологических законов;
- освоение важных для подросткового возраста психологических понятий; • освоение методов и приемов познания себя;
- адекватное представление обучающихся о своем профессиональном потенциале на основе сам диагностики и знания мира профессий;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способа получения профессии.
- Получат систематические знания о профессиях, о содержании трудовой деятельности, учебных заведениях, о важности каждой профессии для общества, узнают о собственных психологических особенностях, профессиональных интересах и склонностях, правилах выбора профессии и об ошибках, допускаемых при выборе профессии.

##### **Предметные результаты:**

- расширение знаний, связанных с современным миром профессий, значение труда в жизни

человека и общества;

- знания правил и ошибок выбора профессии;
- умение составлять личный профессиональный план и, при необходимости, мобильно изменять его;
- уметь пользоваться интернет ресурсами в профессиональном самоопределении;
- формировать и пополнять индивидуальное портфолио, представлять и самостоятельно оценивать в нем текущие работы, достижения и неудачи, уметь планировать собственную образовательную траекторию по выбору профессии.

### ***Межпредметные связи.***

Рабочая программа ориентирована на интеграцию предметов физико-технического, естественнонаучного и гуманитарного циклов. В процессе обучения необходимо использовать учебные наглядные пособия: таблицы, модели, и т. д., а также кинофрагменты по и другие современные технические средства обучения (по возможности контролирующие и обучающие программы автоматизированных обучающих систем).

**Одна из важных задач** – научить учащихся добросовестно производить и реализовывать товары и услуги; осуществлять смелые, важные и трудные проекты; сформировать готовность добровольно брать на себя трудные дела, идти на риск, связанный с реализацией новых, дерзких идей; придумывать новые или улучшать существующие товары и услуги.

#### **Знать:**

- понятия о профессиях и профессиональной деятельности, сферы трудовой деятельности;
- понятия об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- общие сведения об истории декоративно – прикладного искусства, дизайне в интерьере;
- характеристику видов декоративно – прикладного искусства;
- технологию выполнения основных видов декоративно – прикладного искусства.

#### **Уметь:**

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- осуществлять самоанализ развития своей личности;
- выдвигать деловые идеи;
- распределять обязанности при коллективном выполнении трудового задания;
- решать технологические задачи с применением методов творческой деятельности;
- планировать и организовывать проектную деятельность и процесс труда;
- уточнять и корректировать профессиональные намерения.
- выполнять основные виды декоративно-прикладного искусства

#### ***ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПОЛУЧЕННЫЕ ЗНАНИЯ ДЛЯ:***

- повышения активности процесса и результатов своего труда;
- поиска и применения различных источников информации;
- соотнесения планов трудоустройства, получения профессионального образования;
- составления резюме при трудоустройстве.

**Участники программы:** учащиеся 6 -11 классов.

Образовательная программа системы предпрофильной подготовки в образовательной сети разработана на основании Концепции профильного обучения, и включает: пояснительную записку, учебный план, содержание, программу внеурочной деятельности.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН СИСТЕМЫ ПРЕДПРОФИЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

	Наименование курса	Всего уч.часов	Из них
--	--------------------	-------------------	--------

			Теория	Практика Проекты Иссл. работа
1	«Твоя профессиональная карьера»	34 ч	20	14
2	Экскурсии, информационная, консультационная работа	6ч	3	3
3	Итого	40 ч	23	17

**СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
ПРЕДПРОФИЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ.**

ИНДЕКС	НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИН И ИХ ОСНОВНЫЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ЕДИНИЦЫ	Всего часов на освоение учебного материала		
1	2	3		
ОГСЭ.00.	Обязательный компонент	34ч +6ч (проф.проб)=40 ч		
01.	Твоя профессиональная карьера.	Всего	Теория	Практика
01.1	<b>Предмет и задачи курса.</b> Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.	1	1	-
01.2	<b>Познавательные процессы и способности личности.</b> Память. Внимание. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей.	6	4	2
01.3	<b>Психология личности.</b> Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	6	3	3
01.4	<b>Общение деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.</b> <b>Мир профессий.</b> Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Квалификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии. Характеристика профессий типа «человек-человек»; «человек – техника»; «человек-знаковая система»; «человек – природа»; «человек – художественный образ»	10	7	3
01.5	<b>Профессиональное самоопределение</b> Склонности и интересы в профессиональном самоопределении «хочу». Возможности личности в п.д. «могу». Профпригодность.	8	4	4

01.6	<p>Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах «Надо».</p> <p>«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки анализа составляющих «хочу» - «могу» - «надо».</p> <p>Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации при выборе профессии.</p>	2	2	-
01.7	<p><b>Подготовка к будущей карьере</b></p> <p>Понятие карьеры. Виды карьеры.</p> <p>Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности.</p> <p>Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования.</p>	1	-	1
	<p><b>Обобщение</b></p> <p>Построение личного профессионального плана. Зачёт.</p>	34ч	21ч	13ч
02.	<p><b>Профессиональные пробы. Информационная и профконсультационная работа.</b></p>			
02.01.	<p><b>Информационная работа.</b></p> <p>Экскурсия на предприятия города.</p>			
02.02.	<p>Посещение учебных заведений в рамках дней открытых дверей.</p>	6ч		
02.03.	<p>Самостоятельная работа учащихся с источниками информации (интернет, библиотека, газеты, журналы) в целях изучения рынка труда, востребованных профессий.(в течение года)</p>		3ч	3ч
02.04.	<p>Работа с родителями.</p>			
02.05	<p>Информационная работа в сети.(в течение года)</p> <p>Профконсультационная работа.</p> <p>Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-групповые,</li> <li>-индивидуальные,</li> <li>-информационные,</li> <li>-диагностические. (кол. теоретич. и практ. часов будет варьироваться в зависимости от заявок учащихся).</li> </ul>	40ч		
	<p><b>Итого:</b></p>		24ч	16ч
	<p><b>Применяемые методики:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Дифференциально-диагностический опросник (по Климову);</li> <li>-Опросник профессиональных предпочтений (типология Холланда);</li> <li>-Определение темперамента и эмоциональной устойчивости (тест Айзенка);</li> <li>-Стремление к успеху (методика Эллера);</li> <li>-Определение направленности личности</li> </ul>			

	(опросник Басса); -психогеоометрический тест (методика Деллингера) [23, с.124]. -Анкетирование «Профориентация подростка» -Тест «Формула темперамента» А.Белова.			
--	---	--	--	--

**Учебно- тематический план программы внеурочной деятельности  
1 год обучения (6 класс)**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	0.5	0.5	дискуссия
2	Атлас профессии	6	2	4	дебаты
3	Секреты выбора профессии	4	2	2	игра
4	Я познаю себя	4	2	2	диагностика
5	Мои цели и достижения	4	2	2	игра
6	Мои возможности	4	2	2	портфолио
7	Профессии XXI века	4	2	2	игра конкурс
8	Профессия и здоровье	2	1	1	викторина
9	Мастерская профессий	4	2	2	буклет
10	Итоговое занятие	1		1	игра
	Итого	34	15.5	18.5	
11	Информационная работа. Экскурсии	6	4	2	дискуссия
	Итого	40	4	2	

**2. Содержание программы Раздел 1.Вводное занятие (1 час)**

*Теория.* Правила поведения на занятии. Правила техники безопасности. Представление учащимся содержания курса и основных форм работы на занятиях. Ознакомление с целями и задачами программы.

*Практика.* Рисунок «Я в будущем»

## **Раздел 2. Атлас профессии. (6 часов)**

*Теория.* Информирование учащихся о сферах деятельности, профессиях; Информирование о значении гибких или мягких навыков (англ. soft skills), важных для карьеры надпрофессиональных навыков. Знакомство с профессиями дизайнер, флорист, художник оформитель, профессии сферы медицина, профессии IT сферы. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными навыками в профессии. Знакомство с профессиями наших родителей.

*Практика.* Игровые профессиональные пробы. Знакомство с профессиями дизайнер, флорист, оформитель, врач и др. Упражнение «Звездный час», «Профессия - специальность», «Если бы..я стал бы..»

## **Раздел 3. Секреты выбора профессии. (4 часов)**

*Теория.* Азы правильного выбора. Ошибки при выборе профессии.

*Практика.* Игра «Три листочка», упражнение «Мифы или реальность выбора профессии».

## **Раздел 4. Я познаю себя. (4 часа)**

*Теория.* Самооценка и уровень притязаний. Я чувствую, значит, существую. Мыслитель или художник? Тип мышления.

*Практика.* Упражнение «Какой я?», «Самый-самый», «Мечтать не вредно», «Угадай эмоцию», «Назови эмоцию». Тест «Эмоции».

## **Раздел 5. Мои цели и достижения. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство детей с содержанием профориентационного портфолио. Роль творческих успехов ребенка в выборе профессии.

*Практика.* Творческое задание «Мои достижения», «Я мечтаю быть», «Я умею, я могу». Упражнение «Дорожная карта», «Заборы и овраги», «Что такое жизненный успех».

Анкета мои интересы.

## **Раздел 6. Мои возможности. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство детей с темой: «Мои недостатки и достоинства»

*Практика.* Практическое задание «Угадайте слова, пропущенные в афоризмах», упражнение «Цветок моей души».

## **Раздел 7. Профессии XXI века. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство учащихся с профессиями будущего. Знакомство с редкими и несуществующими профессиями. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными качествами новых профессий.

*Практика.* Творческое задание «Я в будущем», рисунок «Несуществующая профессия», кроссворд «Новые профессии».

## **Раздел 8. Профессия и здоровье. (2 часа)**

*Теория.* Знакомство учащихся с влиянием здоровья на профессию. Заболевания и противопоказанные условия работы.

*Практика.* Методика «Мое здоровье». Секреты долголетия.

## **Раздел 9. Мастерская профессий. (4 часа)**

*Теория.* Правила поведения на экскурсии. Правила техники безопасности. Вступительная беседа, заключительная беседа, обмен впечатлениями, ответы на вопросы.

*Практика.* Практический показ с пояснением, вручение памяток, обращений, приглашений, буклетов; выявление эффективности проведения экскурсии путем анкетирования.

## **Раздел 10. Итоговое занятие (1 часа)**

Проект «Мои цели и достижения»

## **Раздел 11. Информационная работа. Экскурсии (6 часов)**

Онлайн- уроки «Пректория», информационная работа в сети. (в течение года), экскурсии на предприятия города.

### **Учебно- тематический план**

2 год обучения (7 класс)

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	



1	Вводное занятие	2	1	1	анкета
2	Мой внутренний мир	6	2	4	диагностика
3	Испытание себя и своих возможностей	8	2	6	самооценка
4	Маршрут получения профессий	6	2	4	игра – конкурс
5	От мечты к действиям	4		2	план личных достижений
6	Мастерская профессий	6	2	4	эссе
7	Итоговое занятие	2	1	1	квест
	Итого	<b>34</b>	<b>12</b>	<b>22</b>	
8	Информационная работа. Экскурсии	6	4	2	дискуссия
	Итого	40	16	24	

## 2. Содержание программы Раздел 1. Вводное занятие (2 час)

*Теория.* Правила поведения на занятии. Правила техники безопасности. Представление учащимся содержания курса и основных форм работы на занятиях. Ознакомление с целями и задачами программы.

*Практика.* Упражнения «Я хочу узнать ...». Игра. «Азбука профессий»

## Раздел 2. Мой внутренний мир (6 часов)

*Теория.* Информирование учащихся о сильных и слабых сторонах человека. Поведение в конфликте. Интеллектуальный потенциал.

*Практика.* Шуточный тест «Китайская рулетка», упражнение «Рука», игра «Цепочка хороших и плохих следствий».

## Раздел 3. Испытание себя и своих возможностей (8 часов)

*Теория.* Информирование учащихся о базовых сведениях о конкретных видах профессиональной деятельности; профессии индустрии моды: байер, дизайнер, модельер, модель, фотограф. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными навыками в профессии.

*Практика.* Моделирование основных элементов разных видов профессиональной деятельности; игровые профессиональные пробы, мастер-классы.

## Раздел 4. Маршрут получения профессий (6 часа)

*Теория.* Профессии и специальности. Пути получения образования. Дополнительное образование. Формы и пути получения профессионального образования. Интернет-ресурсы по подбору ПОУ и ВУЗов.

*Практика.* Упражнение «Дорожная карта».

## Раздел 5. От мечты к действиям (4 часа)

*Теория.* Диалог «Мечта и цель». Планирование профессионального будущего. Опасности на моем пути. Успех и уровень притязаний. Свобода и ответственность. Здоровье и выбор профессии. Способы достижения успеха.

*Практика.* Практическое задание «Цели и средства», упражнение «Машина времени». «Смешные профессии»

## Раздел 6. Мастерская профессий (6 часа)

*Теория.* Правила поведения на экскурсии. Правила техники безопасности. Вступительная беседа, заключительная беседа, обмен впечатлениями, ответы на вопросы.

*Практика.* Практический показ с пояснением, вручение памяток, обращений, приглашений,

буклетов; выявление эффективности проведения экскурсии путем анкетирования.

## **Раздел 7. Итоговое занятие (2 час)**

## **Раздел 11. Информационная работа. Экскурсии (6 часов)**

*Теория.* Онлайн-уроки «Пректория», информационная работа в сети. *(в течение года),*

*Практика.* Экскурсии на предприятия города.

### **Учебно-тематический план 8 класс**

**3 год обучения**

№	Тема	Количество часов	В том числе на:		
			теоретические занятия	практические занятия	контрольные работы
1	Теоретический блок: Многообразие мира профессий	17	17		
2	Психологический блок: 1.«Что я знаю о своих возможностях» 2.«Что я знаю о профессиях»	9 8			9 8
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>	
3	Информационная работа. Экскурсии.	6	4	2	
	<b>Итого</b>	<b>40</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	

### **Учебно-тематический план 9 класс**

**4 год обучения**

№	Тема	Количество часов	В том числе на:		
			теоретические занятия	практические занятия	контрольные работы
1	Теоретический блок: Выбор профессионального пути – Начало жизненного успеха	16	16		
2	Психологический блок: 1.«Способности и профессиональная пригодность» 2.«Планирование профессиональной карьеры»		8 9	8	9
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>	
3	Информационная работа. Экскурсии. Профессиональные пробы.	6	4	2	
	<b>Итого</b>	<b>40</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	

### **Содержание тем учебного курса.**

#### **8 класс (40 ч.) Теоретический блок (17ч.)**

#### **Тема: Многообразие мира профессий (17ч.)**

**Цель:** изучить многообразие мира профессий. Знакомство с различными профессиями, факторами, влияющими на выбор профессии. Познание «секретов» выбора профессии, а также возможностей личности в профессиональной деятельности.

1. Вводное занятие. Стратегия правильного выбора профессии.
2. Внутренний мир человека и возможности его познания.
3. Многообразие мира профессий.
4. Факторы, влияющие на выбор профессии.

5. «Секреты» выбора профессии.
6. Профессиональная пригодность и здоровье в выборе профессии.
7. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек – человек».
8. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).
9. Профессия. Специальность. Должность.
10. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек -художественный образ».
11. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек художественный образ».
12. Предмет труда. Цель труда в профессиональной деятельности.
13. Средства труда.
14. Классификация профессий по характеру и содержанию труда.
15. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек знаковая система».
16. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек -техника».
17. Итоговый урок.

### ***Психологический блок (17 ч.)***

#### **Тема 1. «Что я знаю о своих психологических особенностях и возможностях» (9 ч.)**

**Цель:** изучить свои психологические особенности и возможности. Знакомство с такими понятиями психологии, как самооценка, темперамент, эмоции, стресс, тревожность, интеллект, память, внимание. Познание своих психологических особенностей путем выполнения специальных заданий и тестов.

1. Самооценка и уровень притязаний.
2. Темперамент и профессия. Определение темперамента
3. Темперамент в профессиональном становлении личности.
4. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций
5. Что такое стресс.
6. Определение типа мышления
7. Внимание и память.
8. Уровень внутренней свободы
9. Обобщающий урок по теме: «Что я знаю о своих возможностях»

#### ***Тема 2. «Что я знаю о профессиях» (8 ч.)***

**Цель:** изучить и обобщить собственные знания о мире профессий.

Знакомство с различными классификациями профессий, профессионально важными качествами и медицинскими противопоказаниями, умение различать профессии, специальности, должность, медицинские противопоказания. Умение определять свои профессиональные интересы и склонности, состояние здоровья. Определение на основании всей этой информации своего профессионального выбора или моделирование своей будущей профессии.

1. Ведущие отношения личности и типы профессий.
2. Определение типа будущей профессии.
3. Определение типа будущей профессии.
4. Интересы и склонности в выборе профессии.
5. Определение профессионального типа личности.
6. Профессионально важные качества.
7. Профессия и здоровье.
8. Обобщающий урок по теме: «Что я знаю о профессиях».

### ***Информационный блок (6ч)***

Экскурсия на предприятия города. Самостоятельная работа учащихся с источниками информации (интернет, библиотека, газеты, журналы) в целях изучения рынка труда, востребованных профессий. *(в течение года).*

ЗАНЯТИЯ ПРАКТИКУМЫ по урокам «ПроеКТОриЯ» ссылка на группу ВКонтакте или сайт «ПроеКТОриЯ» и др. сайты, касающиеся профориентации. Онлайн – тесты и т.д.

### **9 класс ( 40 ч.) Теоретический блок (17)**

#### **Тема: Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха (17ч.)**

**Цель:** изучить возможности выбора профессионального пути. Знакомство с такими понятиями,

как профессиональная ориентация, классификация профессий, формула профессий, профессиональная пригодность. Ориентирование на современном рынке труда.

1. Вводное занятие. Выбор профессионального пути -начало жизненного успеха.
2. Как я ориентируюсь в мире новых профессий?
3. Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.
4. Классификация профессий.
5. Классификация профессий.
6. Формула профессий.
7. «Портфолио» - портфель моих достижений.
8. Профессиональное самоопределение.
9. Профессиональная проба по профессиям «Человек-человек».
10. Профессиональная проба по профессиям «Человек -природа».
11. Современный рынок труда.
12. Профессиональная проба по профессиям «Человек -художественный образ».
13. Профессиональная проба по профессиям «Человек-знаковая система».
14. Профессиональная пригодность и здоровье в выборе профессии.
15. Современный рынок труда и его требования профессионалу.
16. Образовательное пространство округа. ПУТИ получения профессий.
17. Итоговый урок.

### **Психологический блок ( 17 ч.)**

#### **Тема 1. «Способности и профессиональная пригодность» ( 8 ч.)**

**Цель:** изучить различные виды способностей к профессиям разного типа. Знакомство с такими новыми понятиями, как «способности», «профессиональная пригодность»,

«призвание», с различными видами деятельности и способностями к данным видам деятельности. Проверка своих способностей к различным видам деятельности, познание возможных стратегий поведения в конфликтных ситуациях.

1. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.
2. Способности к интеллектуальным видам деятельности.
3. Способности к профессиям социального типа.
4. Способности к офисным видам деятельности.
5. Способности к предпринимательской деятельности.
6. Эстетические способности
7. Уровни профессиональной пригодности.
8. Обобщающий урок по теме: «Способности и профессиональная пригодность»

**Тема 2. «Планирование профессиональной карьеры» ( 9 ч.)** **Цель:** научиться планировать свою профессиональную карьеру.

Знакомство с ролью мотивов и потребностей в жизни человека, анализ рынка труда и образовательных услуг, приобретение навыков самопрезентации и умение планировать профессиональную карьеру.

1. Мотивы и потребности.
2. Ошибки в выборе профессии.
3. Развитие компетентности в общении.
4. Неисчерпаемость человеческих ресурсов.
5. Навыки самопрезентации.
6. Навыки самопрезентации.
7. Стратегия выбора профессии.
8. Обобщающий урок по теме: «Планирование профессиональной карьеры».
9. Заключительный урок конференция: «Моя будущая профессия».

### **Информационный блок (6ч)**

Экскурсия на предприятия города. Самостоятельная работа учащихся с источниками информации (интернет, библиотека, газеты, журналы) в целях изучения рынка труда, востребованных профессий.(в течение года). Посещение учебных заведений в рамках дней открытых дверей. ЗАНЯТИЯ ПРАКТИКУМЫ по урокам «ПроеКТОрия» ссылка на группу

ВКонтакте или сайт «ПроеКТОрия» и др. сайты, касающиеся профориентации. Онлайн – тесты и т.д.

### Учебно-тематический план 10 класс 5 год обучения.

№	Разделы	Количество часов	В том числе на:		
			теоретические занятия	практические занятия	контрольные работы
1	Что я знаю о своих возможностях	8	6	2	
2	Что я знаю о профессиях	8	4	4	
3	Способности и профессиональная пригодность	8	5	3	
4	Планирование профессиональной карьеры	10	6	4	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>21</b>	<b>13</b>	
3	Информационная работа. Экскурсии. Профессиональные пробы. Уроки «ПроеКТОрия»	6	4	2	
	<b>Итого</b>	<b>40</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	

### Содержание программы 10 класс

#### Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях (8 часов)

Тема 1. Самооценка и уровень притязаний

Структура образа “Я”. Виды самооценки (заниженная, адекватная, завышенная). Роль адекватной самооценки при выборе профессии и в последующей профессиональной деятельности. Источник формирования самооценки. Уровень притязания (завышенный, заниженный). Формирования уровня притязания. Методика самооценки.

Знакомство учащихся с приемами работы над формированием адекватной самооценки.

Тема 2. Темперамент и профессия. Определение типа темперамента. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности.

Тема 3. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций

Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация).

Тема 4. Что такое стресс

Понятие «стресс», стрессовые состояния. Умение находить правильный выход из стрессовых состояний. Работа с опросником «Беспокойство - тревога», методикой «Незаконченные предложения».

Тема 5. Определение типа мышления

Понятие «мышления», определить типы мышления учащихся. Роль типов мышления в профессиональной деятельности. Рекомендации по развитию мышления. Практическая работа по определению типов мышления.

Тема 6. Внимание и память

Общее представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение, забывание, узнавание и воспроизведение). Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность). Условия развития памяти и внимания.

Упражнения на развитие внимания и памяти.

Тема 7. Уровень внутренней свободы

Творческое отношение к собственной жизни. Психологические механизмы компенсации.

Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей

профессиональной судьбы.

Тема 8. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»

Обобщение знаний учащихся по теме «Что я знаю о своих возможностях». Составление психологического кроссворда.

## **Раздел 2. Что я знаю о профессиях. (8 часов)**

Тема 9. Классификации профессий. Признаки профессии

Дать общее представление об основных компонентах профессиональной деятельности, о предмете труда. Расширить кругозор ребят о мире профессий. Воспитывать интерес к миру современных профессий.

Тема 10. Формула профессии. Профессия, специальность, должность

Знакомство с понятиями «профессия», «специальность», «должность».

Тема 11. Определение типа будущей профессии

Познакомить учащихся с тремя факторами выбора профессии. Развивать у учащихся мышление. Формирование культуры общения. Методика «Кто я?»

Тема 12. Интересы и склонности в выборе профессии

Выявление профессиональных склонностей и интересов у учащихся, определение степени устойчивости. «Карта интересов», опросник профессиональной готовности.

Тема 13. Определение профессионального типа личности

Знакомство с основами профессионального прогнозирования в процессе профессионального самоопределения. Игра «Профконсультация»

Тема 14. Профессионально важные качества

Представление о профессиональной пригодности и профессионально важных качествах, их значение в профессиональной деятельности. Мини-сочинение «Легко ли со мной общаться?»

Тема 15. Профессия и здоровье

Показать учащимся необходимость учета фактора здоровья при выборе профессии. Знакомство с основными медицинскими противопоказаниями к группам профессий.

Тема 16. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»

Уточнить свой профессиональный выбор и смоделировать свою будущую профессию.

Составление психологического кроссворда.

## **Раздел 3. Способности и профессиональная пригодность (8 часов)**

Тема 17. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности

Понятие «способности». Общие и специальные способности. Практические способности.

Тема 18. Способности к интеллектуальным видам деятельности

Изучить уровень интеллектуального развития учащихся. Развивать познавательные способности учащихся.

Тема 19. Способности к профессиям социального типа

Дать общие представления учащимся о межличностных отношениях и их значении в профессиональной деятельности.

Тема 20. Способности к офисным видам деятельности

Познакомить с видами способностей, которые необходимы в офисных видах деятельности.

Тема 21. Способность к предпринимательской деятельности

Сформировать представление о современных формах и методах организации труда и новом типе организации людей в производственной деятельности. Ознакомить с развитием предпринимательства

Тема 22. Эстетические способности

Знакомство с характеристикой эстетических способностей. Определение уровня эстетических способностей.

Тема 23. Уровни профессиональной пригодности

Раскрытие возможностей развития и самоутверждения личности в профессиональном труде.

Тема 24. Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»

Обобщение знаний по теме. Составление психологического кроссворда.

## **Раздел 4. Планирование профессиональной карьеры (10 часов)**

Тема 25. Мотивы и потребности

Знакомство с мотивами и потребностями выбора профессий.

Тема 26. Возможные трудности и ошибки при выборе профессии

Формирование адекватного представления об основных трудностях профессионального

выбора и предостеречь от возможных ошибок при выборе профессии. Знакомство с информацией о содержании профессии, условиях работы, оплате труда.

Тема 27. Мои личные и профессиональные планы

Знакомство с алгоритмом составления личного профессионального плана. Структура последовательных действий, постановка цели: «кем я хочу стать, каким я хочу быть». Анкета по жизненному и профессиональному самоопределению учащихся. Тест Дж. Голланда. Построение индивидуального профессионального типа личности.

Тема 28. Изменения, происходящие в обществе и мире профессионального труда.

Проследить, как социальные перемены отражаются на профессиональной структуре общества. Изменяются ли общество и мир профессий в нашей стране.

Тема 29. Деловая игра «А вот и я!»

Формирование навыков самопрезентации. Моделирование некоторых элементов собеседования при приеме на работу с целью повышения уровня готовности к подобным собеседованиям. Выработать основные правила успешного прохождения собеседования. Упражнения на саморегуляцию.

Тема 30. Развитие умений по принятию решений

Знакомство с алгоритмом принятия решений. Ступени выбора профессий.

Тема 31. Шаг в профессию. Подготовка к профессиональной деятельности.

Знакомство с уровнями профессиональной подготовки. Определить наиболее подходящие для подростка профессии на основе выбора соответствующих характеристик трудовой деятельности.

Тема 32. Перспектива твоего профессионального старта.

Дать учащимся представление о сущности профессиональной карьеры как системе профессионального продвижения с учетом самореализации личности. Познакомить с факторами, влияющими на профессиональную карьеру. Основы профессионального прогнозирования в процессе профессионального самоопределения.

Тема 33. Профессиональная направленность личности.

О профессиональной направленности. Шесть профессиональных типов личности. Опросник Дж. Голланда

Тема 34. Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры». ЗАЩИТА ПРОЕКТА! Обобщение знаний по теме: «Планирование профессиональной карьеры».

Составление психологического кроссворда.

## **Раздел 5. Информационная работа. Экскурсии. Профессиональные пробы.(6ч)**

**Виды деятельности:** диагностические занятия, семинары, встречи, экскурсии. **ЗАНЯТИЯ ПРАКТИКУМЫ** по урокам «ПроеКТОриЯ» ссылка на группу ВКонтакте или сайт «ПроеКТОриЯ» и др. сайты, касающиеся профориентации. Онлайн – тесты и т.д.

**ЗАНЯТИЯ ПРАКТИКУМЫ** по урокам «ПроеКТОриЯ» ссылка на группу ВКонтакте или сайт «ПроеКТОриЯ» и др. сайты, касающиеся профориентации. Онлайн – тесты и т.д.

№ п/п	Приблизительные Темы практических работ для 10 класса
1.	<b>Проверьте себя в сфере экологии.</b> Отношение людей с природой. Три направления отношений человека с природой: человек познаёт природу; человек преобразует природу; человек изучает и формирует отношения в обществе, связанные с использованием и охраной природных объектов.
2.	<b>Человек, среда, машины и автоматы.</b> Инженерная психология. Виды операторской деятельности (оператор-технолог, оператор-манипулятор, оператор-наблюдатель, оператор-исследователь). Эргономика. Антропометрия. Ориентация техники и человека. Проектирование технических объектов.
3.	<b>Где и как искать работу.</b> Книги, газеты, Интернет. Этапы получения работы. Восемь правил выбора работы и поиска рабочего места. Пути достижения успеха на рынке труда. Объявления, кадровые агентства, биржа труда. Поиск работы с помощью родственников, друзей

	и знакомых.
4.	<b>Как подготовиться к собеседованию с потенциальным работодателем?</b> «Сбор информации». Правила поведения при прохождении собеседования. «Учебно-тренировочное» собеседование. Анализ «учебно-тренировочного» собеседования и выводы из него.
5.	<b>Как провести эффективное собеседование?</b> Пять этапов эффективного собеседования: 1) Установление контакта. (Визуальная психодиагностика). 2) Выслушивание. 3) Аргументация-демонстрация. 4) Ответы на вопросы. Вопросы, часто встречающиеся на собеседовании и рекомендации по ответу. 5) «Осуществление продажи».
6.	<b>Как пройти психологическое тестирование?</b> Различные виды психологических тестов: личностные опросники; интеллектуальные тесты. Рекомендации по прохождению психологического тестирования.
7.	<b>Как закрепиться на рабочем месте?</b> Период «острой адаптации». Период «оптимистических ожиданий». Период «вторичной адаптации». Главные рабочие качества человека позволяющие закрепиться на рабочем месте: ответственность; заинтересованное отношение к делу; преданность; конструктивное отношение к критике. Несколько полезных советов.
8.	<b>Проектные работы:</b> Составление собственного резюме ,
9.	Товарный знак нового продукта
10.	Мои жизненные планы и профессиональная карьера

**Учебно-тематический план 11 класс  
6 год обучения.**

№	Разделы	Количество часов	В том числе на:		
			теоретические занятия	практические занятия	контрольные работы
1	Основы профессионального и жизненного самоопределения	5	4	1	
2	Мир труда и профессий	5	4	1	
3	Человек и профессия	13	9	4	
4	Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении	11	7	4	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	
5	Информационная работа. Экскурсии. Профессиональные пробы. Уроки «ПроеКТОрия»	6	4	2	
	<b>Итого</b>	<b>40</b>	<b>28</b>	<b>12</b>	

**1. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**



## **Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения» (5 ч)**

### **1. Введение в курс «Профессиональное самоопределение» - 1 час.**

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мой выбор». Литература по курсу.

*Практическая работа.* Составление словаря к занятию.

### **2. Основы жизненного и профессионального самоопределения. — 1 час.**

Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Определение понятий «наличное Я», «желаемое Я». Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

*Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Сформулировать и записать в тетрадь смысл и цель своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия».

### **3. Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития — 1 час.**

Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление.

Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности.

*Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Выписать в тетрадь и осмыслить высказывание Г. К. Жукова:

«Далеко в жизни уходит тот, кто идёт твёрдо к избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной цели — тогда удастся у тебя жизнь».

### **4. Значение, ситуация и правила выбора профессии — 1 час.**

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии:

«Хочу-Могу-Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

*Практическая работа.* Записать в тетрадь опорные понятия и правила выбора профессии. Проведение диспута «Кем быть?». Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».

### **5. Типичные ошибки при выборе профессии — 1 час.**

Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий. Незнание правил выбора профессий. Незнание себя.

*Практическая работа.* Решение ситуаций выбора профессий. Заполнить таблицу:

Незнание мира профессий	Незнание себя	Незнание правил выбора профессии
1. Устаревшие представления о характере труда и условиях труда в конкретных профессиях.	1. Необъективная оценка своих возможностей	1. Отождествление учебного предмета с профессией
2. Предубеждения в отношении престижности профессии	2. Неумение соотносить своих способностей с требованиями профессии	2. Перенос отношения
		3. Выбор профессии
		4. Неумение определить пути приобретения профессии

## **Раздел 2. Мир труда и профессий (5 ч)**

### **1. Профессия и специальность: происхождение и сущность — 1 час.**

Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессий.

Практическая работа. Запись в тетрадь основных опорных понятий. Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

### **2. Многообразие мира труда — 1 час.**

Сущность и виды труда. Процесс труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средство труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сферы материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства.

<i>Практическая работа.</i> Записать основные понятия. Заполнить таблицу: <b>Позиции</b>	<b>Содержание</b>
Моя будущая профессия	
Сфера экономики	
Отрасль экономики	
Сектор экономики	

### **3. Классификация профессий. Формула профессии — 1 час.**

Способы классификации профессии, их достоинства и недостатки. Классификационные признаки. Классификация профессии Е.А. Климова по предмету, цели, орудиям и условиям труда. Классы профессии. Отделы профессий. Группа профессии. Формула профессий и ее роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь основных понятий. Дидактическая игра «Классификация профессии». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.

### **4. Профессиональная деятельность и карьера человека — 1 час.**

Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение таблицы:

<b>Позиции</b>	<b>Содержание</b>
Моя будущая профессия	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	
Предмет труда	
Средства труда	
Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание)	

Возможная заработная плата	
----------------------------	--

## 5. Рынок труда и его требования к профессионалу — 1 час.

Сущность рынка труда и принципа его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда Республики Бурятия.

*Практическая работа.* Записать в тетрадь опорные понятия. Изложить в тетради сведения о личных и профессиональных качествах, профессионального идеала, которого можно считать образцом для подражания в будущей профессиональной деятельности.

### Раздел 3. Человек и профессия (13 ч)

#### 1. Профессионально важные качества личности - 2 час.

Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности. Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание. Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общение, особые и специфические профессионально важные качества личности.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнить таблицу:

Профессиональные качества, необходимые для овладения выбранной профессией		
общение	особые	специфические

#### 2. Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии -1 час.

Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение склонностей школьников к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).

#### 3. Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении- 1 час.

Ценностная ориентация, как избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентации, виды ценностей.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение ценностей школьников с помощью методики «к чему стремятся люди в жизни».

#### 4. Особенности психических процессов и выбор профессии -1 час.

Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.

#### 5. Темперамент и выбор профессии — 2 час.

Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности человека

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение типа темперамента школьников по методике Айзенка. Характер и выбор профессии - 2 час.

Определение понятия «характер». Черты и типы характера. Положительные и отрицательные черты характера в отношении человека к себе, другим людям, различным видам деятельности, общественной и личной собственности. Характер и выбор профессии. Общие требования типов профессии к характеру человека.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

## **6. Роль способностей в профессиональной деятельности — 1 час.**

Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развитие способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессии и специальные способности.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий. Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методики «КОС» и «Определение склонностей».

## **7. Тип личности и выбор профессии — 1 час.**

Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистические (практические), интеллектуальные, артистические, социальные, предприимчивые (предпринимательские), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: схожие и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий. Выявления типов личности по методике Дж. Холланда.

## **8. Здоровье и выбор профессии — 1 час.**

Понятие здоровья. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Группы профессии по степени их выявления на здоровье человека. Дееспособность, трудоспособность, работоспособность. Медицинские показания и противопоказания. Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях. Укрепление здоровья в состоянии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль режима дня и активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление школьниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».

## **9. Профессиональная пригодность и самооценка — 1 час.**

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ — Я», как система представлений о себе. Структура «Образ — Я»: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Реальное «Я», идеальное «Я», «Я» - глазами других людей. «Я — концепция», как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я — концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление по различным методикам профессиональной пригодности школьников к предполагаемым видам деятельности. Выявление уровня самооценки школьников при помощи методики «Уровень самооценки».

## **Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (11 ч)**

### **1. Анализ профессиональной деятельности — 1 час.**

Источники информации о профессиях. Сущность, назначение и структура профессиограммы. Психограмма как составная часть профессиограммы. Роль профессиограмм и психограмм в подготовке учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с профессиограммами. Разработка профессиограммы предполагаемой профессии.

### **2. Профессиональные пробы и творческие проекты — 1 час.**

Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении. Содержание профпроб по типам профессий. Этапы выполнения и уровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профпроб.

Сущность и классификация творческих проектов. Требования к творческим проектам. Этапы выполнения творческих проектов.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Дидактическая игра «Человек — профессия». Игровые упражнения «Кто есть кто», «Спящий город».

### **3. Профильное обучение предпрофильная подготовка – 1 час.**

Цели, задачи и содержания профильного обучения старшекласников. Структурное содержание профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по

выбору. Профили обучения. Цели и задачи предпрофильной подготовки выпускников основной школы. Компоненты предпрофильного обучения: краткосрочные курсы по выбору, профессиональная информация, профессиональная консультация и диагностика.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий.

#### **4. Пути получения профессионального образования – 1 час.**

Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального обучения. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональные образовательные учреждения. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий, видов учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, ознакомления с учебными заведениями своего города.

#### **5. Профессиональная консультация – 1 час.**

Сущность, цель, задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональных консультаций. Подготовка учащихся к профессиональной консультации.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Составления перечня вопросов к профконсультантам. Дидактическая игра «Профессиональное консультирование».

#### **6. Профессиональное саморазвитие и самовоспитание – 1 час.**

Человеческие ресурсы. Виды возможностей человека: интеллектуальные, физические, специальные. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приемы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания: самоубеждение, самовнушение, самоприказ, самообразование, самоконтроль, самооценка.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Составление школьниками плана подготовки к приобретению профессии.

#### **7. Готовность к профессиональному самоопределению – 1 час.**

Готовность к профессиональному самоопределению. Показатель готовности к профсамоопределению, ее уровни. Принятие решения о профессиональном выборе.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.

#### **8. Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление – 3 час.**

Цели и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта «Мой выбор». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проекта.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с примерами творческих проектов «Мой выбор», выполненными учениками предыдущих классов. Выполнение и оформление проекта.

#### **9. Защита творческих проектов «Мой выбор» – 1 час.**

Критерии оценки их выполнения и защиты. Представление жюри. Порядок проведения защиты творческих проектов. Представление учащимися пояснительной записки и результатов профпроб, ответы на вопросы. Оценивание защиты, подведение итогов.

*Практическая работа.* Представление и защита проектов. т.д.

### **Раздел 5. Информационная работа. Экскурсии. Профессиональные пробы. (6ч)**

**Виды деятельности:** диагностические занятия, семинары, встречи, экскурсии. ЗАНЯТИЯ ПРАКТИКУМЫ по урокам «ПроеКТОриЯ» ссылка на группу ВКонтакте или сайт «ПроеКТОриЯ» и др. сайты, касающиеся профориентации. Онлайн – тесты и т.д.

#### **Список литературы**

1. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков.-СПб.: Питер, 2008.-160с.
2. Мони́на Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг (педагог, психологи, родители).- СПб.: Речь, 2005.- 224с
3. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного

- профессионального самоопределения школьников. – М.: УЦ «Перспектива», 2002г;
4. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника.-М.: Генезис, 2007-140 с.
  5. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки.- М.: Генезис, 2006.-208 с.
  6. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии.- М.: Генезис, 2002-80 с.
  7. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков.-М.: Генезис, 2004.- 125 с.
  8. Самоопределение учащихся: учебное пособие для учащихся 10-11 классов, Меренков А.В. - М., 2015
  9. Афанасьева Н.В. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор»/ под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2007.
  10. Заиченко Н.А. Опорный конспект школьника по экономике.М.:Вита- пресс.2006.
  11. «Закон о занятости населения». М.: МП «Новая школа», 1992.
  12. «Закон об образовании». М.: Про-Пресс, 2004.
  13. Климов Е.А. Как выбирать профессию? //Библиография.- М., 2005, №6
  14. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д: Феникс, 1996.
  15. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - Москва: Вако. 2005.
  - 16.Агеева, И. Д. Парад профессий: весёлые познавательные игры для учащихся 5-10 классов / И. Д. Агеева // Последний звонок.- 2007.- № 7.- С. 3-8.
  - 17.Береснева, Н. В. Классный час "В поисках своего призвания": по теме "мир профессий и твое место в нём" / Н. В. Береснева // Последний звонок.- 2008.- № 8.- С. 11- 12.
  - 18.Биссенек, Н. Дню строителя посвящается: [акция, приуроченная ко Дню строителя: опыт работы] / Н. Биссенек // Дошкольное воспитание.- 2008.- №8.- С. 117-118. 4.Бякова, Н. В. Групповая профориентационная игра "Путь в профессию" / Н. В. Бякова // Воспитание школьников.- 2011.- № 1.- С. 49-56.
  - 19.Пряжников Н.С.Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники . - М.: ВАКО, 2005 - 288 с- (Педагогика. Психология. Управление).
  - 20.Резапкина, Г. Уроки самоопределения: профориентационные занятия в 5-9-х классах / Г. Резапкина // Классное руководство и воспитание школьников (Первое сент.).- 2008.- № 3.- С. 42-48.
  21. Резапкина, Г. Холланд+Климов=? / Т. Резапкина // Школьный психолог: Прил. к газ. "Первое сент.".- 2007.- № 5.- С. 22-24. О методиках определения профессионального типа личности