

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сосновская средняя общеобразовательная школа №2**

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
протокол №1  
от «29» августа 2022 г.

Утверждаю  
Директор школы:  
Л.В. Платицына  
приказ №369  
от «31» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
курса внеурочной деятельности для  
учащихся 5-9 классов  
**«Мир профессий»**

**Форма организации:** внеурочная  
**Направление:** социально- психологическое  
**Срок реализации:** 5 лет  
**Составитель:** Хлопкова Н.В.,  
педагог- психолог

## Пояснительная записка

Введение нового стандарта общего образования существенно изменяет всю образовательную ситуацию в школе, определяя точное место формам и видам приложения психологических знаний в содержании и организации образовательной среды школы. Изменение парадигмы педагогического образования означает необходимость изменения подходов к психолого-педагогическому сопровождению участников образовательного процесса, а именно вариативность в профилактике, диагностике, консультировании, коррекционной, развивающей работе, просвещению, экспертизе. Дифференциацию и индивидуализацию обучения, мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержку одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья, учет их особенностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала.

Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию. Стандарт ориентирован на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника основной школы»). Первостепенную роль играют:

1. Личностные результаты, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;

2. Метапредметные результаты, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями; регулятивные действия, обеспечивающие организацию учащимся своей учебной деятельности. Познавательные универсальные действия включают общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем; коммуникативные действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, мы видим, что новые образовательные результаты психологичны и требуют от команды школы не только владение способами организации процесса усвоения ребенком предметных (ЗУН), но и способами формирования универсальных учебных действий и личностных результатов. Именно поэтому так важно включение психолога в процесс проектирования и реализации мероприятий, связанных с переходом на новые стандарты.

Важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье учащихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

Работа психолога, таким образом, становится необходимым элементом системы управления образовательным процессом школы, поскольку результаты его деятельности предполагают оценку качества обучения в школе по ряду обязательных критериев. Введение указанных критериев определяет весь процесс модернизации психолого-педагогической подготовки участников образовательного процесса.

Психологическое сопровождение реализации ФГОС обладает мощным потенциалом, является одним из средств повышения интереса к инновационной деятельности. Способствует анализу школьной среды с точки зрения тех возможностей, которые она предоставляет для обучения и развития школьника, и тех требований, которые она предъявляет к его психологическим возможностям и уровню развития; определению психологических критериев эффективного обучения и развития школьников, разработке и

внедрению определенных мероприятий, форм и методов работы, которые рассматриваются как условия успешного обучения и развития школьников.

**Цель курса** внеурочной деятельности «Мир профессий»: формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего, чтобы этот процесс был интересным и значимым для него.

**Задачи:**

1. Активизация внутренних психологических ресурсов учащихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу
2. Осознание целей выбора будущей профессии;
3. Развитие навыков конструктивного взаимодействия;
4. Формирование класса как команды, выработка общедоступных и принимаемых всем коллективом ценностей и ориентиров для возможности дальнейшего функционирования класса как единого целого с учетом личностных особенностей всех учеников, создание благоприятных условий для групповой работы;
5. Развитие навыков рефлексии.

Занятия проводятся в форме групповой работы с элементами тренинга. Количество – 10-15 человек. При проведении занятий курса используются следующие формы и методы работы:

- профориентационные игры;
- игровые профессиональные упражнения;
- самоописание;
- групповая дискуссия;
- использование конструктивной обратной связи.

В основе программы курса внеурочной деятельности «Мир профессий» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами.

**2. Место курса в учебном плане:**

На изучение курса по внеурочной деятельности «Мир профессий» в 5-9-х классах отводится:

- количество часов в год – 34 ч.;
- количество часов в неделю – 1 ч.

**Формы занятий** – рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

*I. Личностные:*

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе клуба и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы.

*II. Метапредметные:*

Регулятивные:

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные:

- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные:

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

III. *Предметные (на конец освоения курса):*

Обучающиеся научатся:

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально- значимых мероприятий.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- готовить исследовательские работы

IV. *Воспитательные результаты:*

Результаты (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

приобретение знаний

- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- развитие ценностного отношения подростков к труду
- об основах здорового образа жизни;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- о правилах проведения исследования.
- получение первоначального опыта самореализации.

приобретение опыта исследовательской деятельности

- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности.

С целью осуществления более эффективного управления профессиональным развитием учащихся профориентационные задачи ставятся с учетом их условного деления на три уровня:

1. когнитивный (информирование о мире профессий, состоянии рынка труда, содержании той или иной трудовой деятельности, о профессиональных образовательных программах и учреждениях);
2. мотивационно-ценностный (формирование у школьников всей гаммы смыслообразующих и профессиональных ценностей);
3. деятельностно-практический (составление, уточнение, коррекция и реализация профессиональных планов).

*Первый уровень результатов* – приобретение обучающимися знаний о труде и профессиях (знание и уважение трудовых традиций своей семьи, знания о разных профессиях и их требованиях к здоровью, морально-психологическим качествам, знаниям и умениям человека и т.п.). Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями и родителями (в урочной, внеурочной деятельности) как значимыми для него носителями профессионального знания и положительного повседневного опыта.

*Второй уровень результатов* – получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к труду, как базовой ценности общества, ценностного отношения к профессиональной и социально значимой деятельности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т.е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых знаний, начинает их ценить (или отвергает).

*Третий уровень результатов* – получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественно полезного действия, формирование у подростка социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественно полезном действии человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных профессиональных и социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают эффекты профориентации:

- на первом уровне профориентация приближена к обучению, при этом предметом профориентирования как учения являются не столько теоретические знания, сколько знания о ценностях;
- на втором уровне профориентация осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных профессионально ориентированных поступков;
- на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в профессионально ориентированной, социально значимой деятельности и приобретения ими элементов опыта трудового творческого сотрудничества и общественно полезного труда.

Таким образом, знания о труде как о ценности переводятся в реально действующие, осознанные мотивы трудового поведения, его значение присваивается обучающимися и становится их личностным смыслом.

*Формы достижения результатов:* познавательные беседы, инструктажи, социальные пробы, поездки, экскурсии, трудовые десанты, социально-значимые акции в классе, школе, исследовательские работы, социально-значимые акции в социуме (вне ОУ)

Формы контроля:

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме.

2. По итогам курса обучающиеся выполняют самостоятельную работу – творческое эссе по теме: «Кем и каким я хочу стать»

3. В рамках курса предполагается организовать проектную деятельность учащихся. Итоги учёта знаний, умений, овладения обучающимися универсальных учебных действий подводятся посредством листов педагогических наблюдений, опросников. Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио». Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

### **Содержание программы**

#### **1 год обучения (5 класс, 34 часа)**

**Тема 1.** Введение. Знакомство. (1 час)

**Тема 2.** Мои личные профессиональные планы. (1 час)

**Тема 3.** Ценностные ориентации. (1 час)

**Тема 4.** Самооценка и уровень притязаний. (1 час)

**Тема 5.** Интересы и склонности в выборе профессии. (1 час)

**Тема 6.** Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова. (1 час)

**Тема 7.** Концепция индивидуальности Голланда. (1 час).

«Какой у вас характер?», «Шкала значимости эмоций», «Эмоциональная направленность личности», «Тип ригидности психологической установки», «Тест Голланда».

**Тема 8.** Правила выбора профессии. (1 час)

**Тема 9.** Ошибки и затруднения при выборе профессии. (1 час)

**Тема 10.** Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода. (1 час)

**Тема 11.** Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым. (1 час)

**Тема 12.** Что такое профессиограмма? (1 час)

**Тема 13.** В каких учебных заведениях можно получить профессию? (1 час)

**Тема 14.** На работу устраиваемся по правилам. (1 час)

**Тема 15.** «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо») (1 час)

**Тема 16.** «Быть нужным людям...» (1 час)

**Тема 17.** Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия» (1 час)

**Тема 18.** Как готовить себя к будущей профессии? (1 час)

**Тема 19.** Исследование «Необычная творческая профессия». (1 час)

**Тема 20.** Сочинение «... - это призвание!» (1 час)

**Тема 21.** Рабочие профессии. (1 час)

**Тема 22.** Жизненно важная профессия. (1 час)

**Тема 23.** Профессия, охраняющая общественный порядок. (1 час)

**Тема 24.** Встреча с интересной личностью. (1 час)

**Тема 25.** Великие личности нашей страны и путь их становления. (1 час)

**Тема 26.** «Мои родители хотят, чтобы я был похож на...и работал.....» (1 час)

**Тема 27.** Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...» (1 час)

**Тема 28.** Экскурсия на предприятия нашего города. (1 час)

**Тема 29.** Отчет о посещении предприятий. (1 час)

**Тема 30.** Подготовка к пресс-конференции. «Представим, что я...» (1 час)

**Тема 31.** Итоговая пресс-конференция «Мир профессий» (1 час)

**Тема 32.** Творческий проект "Моя будущая профессия"(2 часа)

**Тема 33.** Итоговое занятие рефлексия. (1 час)

## 2 год обучения (6 класс, 34 часа)

### **Тема 1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека. (1 час)**

Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”.

### **Тема 2. Мир профессий. (1 час)**

Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность. Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика “Матрица профессий”.

### **Тема 3. Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума). (2 часа)**

Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”. Опросник ДДО Климова, Карта интересов.

### **Тема 4. Профессия типа “Человек – техника”. (1 час)**

### **Тема 5. Профессия типа “Человек – природа”. (1 час)**

### **Тема 6. Профессия типа “Человек – знаковая система”. (1 час)**

### **Тема 7. Профессия типа “Человек – человек”. (1 час)**

### **Тема 8. Профессия типа “Человек – художественный образ”. (1 час)**

### **Тема 9. Пути получения профессии. (1 час)**

Формы обучения.

### **Тема 10. Кто я, или что я думаю о себе. (1 час)**

Внутренний мир человека и возможности его самопознания. Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.

### **Тема 11. Свойства нервной системы и темперамент. (2 часа)**

История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Теппинг тест – определение свойств нервной системы, работоспособности; опросник типа темперамента Г.Айзенка.

### **Тема 12. Память. (2 часа)**

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

### **Тема 13. Внимание. (2 часа)**

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Изучение индивидуальных особенностей внимания: “Тест Э.Ландольта”. Приемы развития внимания.

### **Тема 14. Мышление. (2 часа)**

Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития.

### **Тема 15. Эмоциональное состояние личности. (2 часа)**

Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс. Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности по методике Ч.Д.Спилбергер “Шкала самооценки”.

### **Тема 16. Саморегуляция. (1 час)**

Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе.

### **Тема 17. Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры. (1 час)**

Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике “КОС”.

### **Тема 18. Первый шаг на пути к профессии. (1 час)**

Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.

**Тема 19. Современный рынок труда и его требования. (1 час)**

Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование.

**Тема 20. Мотивы и основные условия выбора профессии. (1 час)**

“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

**Тема 21. Что требует профессия от меня? (1 час)**

Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика “работа для вас”), “Центр занятости населения”.

**Тема 22. Перспективы профессионального старта. (2 часа)**

Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).

**Тема 23. Составление плана профессионального самоопределения. (1 час)**

Алгоритм принятия решения

**Тема 24. Построение образа профессионального будущего. (1 час)**

Планирование карьеры. Цепочка ближних и дальних целей. Пути и средства достижения целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Запасные варианты, пути их достижения. Как получить хорошую работу в современной России.

**Тема 25. Подготовка к будущей карьере. (1 час)**

Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.

**Тема 26. Детско-родительская профориентационная игра-проект “Выбор профиля”. (1 час)**

**Тема 27. Итоговое занятие “Перелистывая страницы”. (1 час)**

Обобщение приобретенных учащимися знаний и умений, необходимых для принятия решения при выборе профессии и планирования своего профессионального пути.

**3 год обучения (7 класс, 34 часа)**

**Тема 1. Трудом славен человек (1 час)**

Знакомство с различными профессиями благодаря просмотру м/м презентации. Групповая работа учащихся по выбору понравившейся профессии. Сбор и предоставление расширенной информации о выбранной профессии благодаря дополнительным источникам.

**Тема 2. Учеба - твой главный труд. (1 час)**

Ознакомительная экскурсия по школе совместно с учителем, составление учащимися в группах памятки «Успешное обучение- мое стремление!».

**Тема 3. Человеческие возможности (1 час)**

Знакомство и просмотр фильма ВВС «Человеческие возможности». Аналитическая беседа с учащимися по увиденному материалу.

**Тема 4. Способности к запоминанию (2 часа).**

Общее представление о памяти, ее видах, процессах. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. Знакомство с приемами запоминания и возможностями развития памяти. Выполнение упражнений на развитие памяти, разучивание стихотворений и их воспроизводство на уроке (конкурс – «Кто лучше запоминает?»).

**Тема 5. Способность быть внимательным (2 часа).**

Представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Значение наблюдательности как профессионально важного качества. Выполнение упражнений с учащимися на развитие внимания при помощи м/м презентации. Проведение игры «Выбери лишнее!».

**Тема 6. Волевые качества личности (3 часа).**



Волевые качества личности. Регулирующая функция воли. Опросник «Какая у меня воля?». Проведение дебатов: «Какими качествами должен обладать волевой человек?». «Узнаю, думаю, выбираю». Практическая работа с методиками: «Визитка», «Тебе подходят профессии», «Узнай профессию».

### **Тема 7. Беседы о конкретных профессиях (12 часов)**

Приглашение и беседа с врачом-педиатром и библиотекарем. Конструктивный диалог учащихся с приглашенными гостями, возможность более глубокого погружения в данные профессии учащимися, возможность задать интересующие детей вопросы и получить на них профессиональные ответы. Классификация профессий. Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Знакомство с профессиограммами. Профессия и современность. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей. Встречи с родителями. Интервью. Анкетирование. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? Проведение викторины на знание и выбор профессии. Составление синквейна учащимися на тему «Моя любимая профессия». Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?» Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов. Что такое склонности? Опросник Е. А. Климова. Составление совместно с учащимися примерной анкеты на выявление интересов школьников. Домашняя групповая работа учащихся – опрос другого 6-го класса на выявление интересов и предпочтения профессии. Знакомство с новыми профессиями, такими как: промоутер, имиджмейкер, девелопер, мерчендайзер. Исследовательская работа учащихся по нахождению этих профессий в дополнительных источниках информации. Темперамент и выбор профессии. От чего зависит выбор профессии? Что такое темперамент? Опросник. Знакомство с биографиями людей успешной карьеры: Гейтс Билл, Дисней Уолт, Шанель Коко, Федоров Святослав Николаевич. Выбор будущей профессиональной сферы. Известные люди региона.

### **Тема 8. Здоровье и выбор профессии (2 часа)**

Факторы здоровья при выборе профессии. Медицинские противопоказания при выборе профессии. «Анкета здоровья». Приглашение и беседа со школьной медицинской сестрой. Посещение «Кабинета здоровья».

### **Тема 9. Дело твоей жизни (4 часа)**

«Я – это...». Выявление самооценки и планирование своего будущего. «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» - «могу» - «надо». Подготовка учащимися проекта «Я бы смог стать...». Профессиональный тип личности. Определение своего профессионального типа личности. Тест «Профессиональный тип личности». Ошибки при выборе профессии. Просмотр видеоролика «Типичные ошибки». Аналитическая беседа с учащимися после просмотра. Составление памятки «Не допустим ошибок при выборе профессии!».

### **Тема 10. Человек среди людей (6 часов)**

Межличностные отношения и их значение в профессиональной деятельности. Коммуникативные умения и навыки. Конфликты и возможности различных тактик поведения. Проведение урока-игры на свежем воздухе «Живем вместе». Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают». Проведение игры-викторины «По одежке встречают, по уму провожают». Природа – это наши корни, начало нашей жизни. Проведение экологической игры совместно с учителем по биологии – Гайнаннова А.Ф. Творческий урок. Совместная разработка плана проекта «Путь в профессию». Обсуждение в группах наиболее успешного плана и возможности его реализации. Практическая работа. Презентация проектов учащимися «Путь в профессию». Дискуссия между ними по разработанным проектам.

#### 4 год обучения (8 класс, 34 часа)

##### **Тема 1. Вводное занятие. (1 час)**

Анкета «Планы на ближайшее будущее». Теоретические сведения Цели и содержание курса. Специфика занятий.

##### **Тема 2. Самооценка и уровень притязаний. (1 час)**

Методика самооценки индивидуальных возможностей, карта интересов, опросник профессиональной готовности.

##### **Тема 3. Темперамент и профессия. Определение темперамента. (1 час)**

Методика выявления стержневых черт характера. Уровень развития волевых качеств. Внутренний мир человека и возможности его познания. Теоретические сведения. Темперамент. Особенности проявления основных типов темперамента в учебной и профессиональной деятельности.

##### **Тема 4. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. (1 час)**

Ведущие отношения личности: к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру. Эмоциональные состояния личности.

##### **Тема 5. Стресс и тревожность. (1 час)**

Работоспособность. Психология принятия решения. Диагностические процедуры: анкета здоровья, теппинг-тест, опросник Айзенка, ориентировочная анкета, опросники «Беспокойство-тревога», «Какая у меня воля».

##### **Тема 6. Определение типа мышления. (1 час)**

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления.

##### **Тема 7. Внимание и память (1 час)**

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания. Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявление особенностей внимания личности.

##### **Тема 8. Уровень внутренней свободы. (1 час)**

##### **Тема 9. Мой психологический портрет. (1 час)**

**Тема 10. Классификация профессий. Признаки профессии. (1 час)** Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессии. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

##### **Тема 11. Мотивы и основные условия выбора профессии. (1 час)**

“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

##### **Тема 12. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. (1 час)**

Классификация профессий. Цели труда. Классификация профессий по Е.А. Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А. Климова. Профессиограмма: подробное описание профессии.

##### **Тема 13. Интересы и склонности в выборе профессии. (1 час)**

Анкета: «Карта интересов»; упражнение: «Проверка устойчивости своих интересов»; дискуссия: «Как вы относитесь к идее испытания способностей?».

##### **Тема 14. Определение профессионального типа личности. (1 час)**

Тесты: «Определение направленности личности», «16-факторный опросник Р. Кеттелла».

##### **Тема 15. Профессионально важные качества. (1 час)**

##### **Тема 16. Профессия и здоровье. (1 час)**

Здоровье и профессия. Профессиональная пригодность. Показатели профессиональной пригодности: успешность и удовлетворенность. Степени профессиональной пригодности: непригодность, пригодность, соответствие, призвание. Причины ошибок и затруднений в выборе профессии.

##### **Тема 17. Путь в профессию. (1 час)**

**Тема 18. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. (1 час)**

Три признака понятия по Б. М. Тепловой. Общие и специальные способности. Формирование способностей. Взаимосвязь задатков и способностей. Интересы (содержание, широта, длительность, глубина). Интересы и склонности. Влияние интересов, склонностей и способностей на выбор профессии.

**Тема 19. Способности к интеллектуальным видам деятельности. (1 час)**

**Тема 20. Способности к профессиям социального типа. (1 час)**

**Тема 21. Способности к офисным видам деятельности. (1 час)**

**Тема 22. Способности к предпринимательской деятельности. (1 час)**

**Тема 23. Артистические способности. (1 час)**

**Тема 24. Уровни профессиональной пригодности. (1 час)**

**Тема 25. Мои способности. (1 час)**

**Тема 26. Мотивы и потребности. (1 час)**

**Тема 27. Ошибки в выборе профессии. (1 час)**

**Тема 28. Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях. (1 час)**

**Тема 29. Современный рынок труда. Работодатель и работник. (1 час)**

**Тема 30. Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора. (1 час)**

**Тема 31. Навыки самопрезентации. Резюме (2 часа)**

Составление «Программы самовоспитания для предполагаемой будущей профессии» (с дискуссионным обсуждением программ). Проба написания обучающимися личных резюме. Сочинение «Если бы я был губернатором/президентом?»

**Тема 32. Стратегии выбора профессии. (1 час)**

**Тема 33. Заключительный. Личный профессиональный план. (1 час)**

#### **5 год обучения (9 класс, 34 часа)**

**Тема 1. «Что изучает профориентация». (1 час)**

Дать представление о понятиях «профориентация», «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Учить пользоваться понятийным аппаратом на уроках и повседневной жизни. Воспитывать интерес к теме выбора профессии.

**Тема 2. «Рынок образовательных услуг и рынок труда в Тамбове и Тамбовской области». (1 час)**

Знакомятся с понятием «образовательная карта». Узнают о средне профессиональных и среднетехнических училищах, высших учебных заведениях. Основные понятия о рынке труда и учебных мест. Узнают об основных работодателях на территории Тамбова и Тамбовской области.

**Тема 3. «Образовательная карта г. Тамбова». (1 час)**

Наиболее востребованные профессии в нашем городе. Перечень учебных заведений.

**Тема 4. «Кто Я или что Я думаю о себе». (1 час)**

Научить подростков выделять важные вопросы, необходимые для выбора будущей профессии (Кто я? Чего хочу?Что могу?). Развивать способность адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны.

**Тема 5. «Классификация профессий». (1 час)**

Классификация профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Профессиограмма. Зарубежная классификация профессий по Дж.Холланду.

**Тема 6. «Формула профессии. Анализ профессии». (1 час)**

Понятие «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Понятийный аппарат на уроках и повседневной жизни.

**Тема 7. «Практическая работа по анализу профессии». (1 час)**

Условия труда, требования к работнику.

**Тема 8. «Здоровье и выбор профессии». (1 час)**

Особенности своего здоровья и требований, предъявляемых профессией.

**Тема 9. «Роль темперамента в выборе профессии». (1 час)**

Беседа о типах темперамента. Карточки с описанием типов ВНД по Кречмеру. Карточки с описанием типов по И.П. Павлову. Классификация профессий К.М. Гуревича по признаку их абсолютной или относительной профпригодности. Игра «Угадай профессию».

**Тема 10. «Характер и моя будущая карьера». (1 час)**

Упражнение «Что я испытываю, выбирая профессию?» Упражнение «Знакомьтесь, Профессия...». Беседа о формировании характера и его влиянии на выбор профессии. Модель способностей человека. Лист рефлексии.

**Тема 11. «Практическая работа по самоанализу своих способностей». (1 час)**

Структура выбора профессии. Результаты исследований учащегося.

**Тема 12. «Я – концепция или «теория самого себя». (1 час)**

Упражнение «Комплимент». Беседа о Я – концепции человека. О том, как формируется «теория самого себя» и как она влияет на выбор профессии.

**Тема 13. Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии». (1 час)**

Анкета. Перечень типичных ошибок. Карточки с примерами ошибок в выборе профессии.

**Тема 14. «Интересы и выбор профессии». (1 час)**

Структура мотивации по А.Маслоу. Понятийный аппарат.

**Тема 15. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию». (1 час)**

Сообщение о психологическом процессе «память», его Ф.О., видах. Профессиограммы с указанием требований к памяти. Сообщение о психологическом процессе «внимание», его Ф.О., видах. Профессиограммы с указанием требований к вниманию. Упражнения на развитие внимания. Упражнения на развитие памяти.

**Тема 16. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями». (1 час)**

Схема видов мышления человека. Перечень профессий, предъявляющий высокие требования к образному мышлению человека. Упражнения на развитие образного мышления.

**Тема 17. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности». (1 час)**

Понятие «барьеры», «гибкость мышления». Упражнения на преодоление барьеров в познавательной деятельности.

**Тема 18. «Человек среди людей. Способность к коммуникации». (1 час)**

Материалы книги А. Пиза «Язык телодвижений».

**Тема 19. Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС.(1 час)**

Тест «Изучение коммуникативных и организаторских способностей (КОС)».

**Тема 20. Деловая игра «Кадровый вопрос». (1 час)**

Сценарий игры «Кадровый вопрос».

**Тема 21. «Стратегия выбора профессии». (1 час)**

Упражнение «Стратегический жизненный анализ». Упражнение «Оперативный жизненный анализ». Упражнение «Тактический жизненный анализ». Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья.

**Тема 22. «Твой профильный класс». (1 час)**

Документы, регламентирующие профильное обучение в школе.

**Тема 23. «О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1 час)**

Анкета на выявление предпочтений, учащихся в выборе профиля обучения.

**Тема 24. Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация». (1 час)**

Анкета «Ориентация».

**Тема 25. Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов». (1 час)**

Тест «Карта интересов».

**Тема 26. Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра. (2 часа)**

Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.

**Тема 27. «Лестница карьеры». (1 час)**

Беседа о понятии «карьера». Схема видов карьерного роста. Варианты плана карьеры.

**Тема 28. «Резюме». (1 час)**

Схема написания резюме. Варианты резюме

**Тема 29. Практическая работа по написанию резюме. (1 час)**

Схема написания резюме. Варианты резюме

**Тема 30. Тренинг «Перекресток». (1 час)**

**Тема 31. «О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1 час)**

Протоколы индивидуальной консультации.

**Тема 32. «О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1 час)**

**Итоговый урок. Дискуссия (1 час)**

### Список литературы

1. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – Сб.: Питер, 2006.-
2. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»/ под ред. С.Н. Чистяковой. – М., 1997.
3. Психология популярных профессий/под ред. Л.А.Головей. СПб.:Речь, 2003.
4. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильнойподготовки.Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2011.-208с.
5. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2011.-208с.
6. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы.- М.: Генезис, 2005.-124с.
7. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профорентация для старшеклассников». – СПб.: Речь, 2007. – 168 с.
8. Элективный курс «Человек и профессия». – М.: Глобус, 2007.

**Календарно- тематическое планирование**  
**5 класс**  
**34 часа (1 час в неделю)**

№ п/п	Тема	Дата проведения		Примечания
		по плану	по факту	
1	Введение. Знакомство.			
2	Мои личные профессиональные планы.			
3	Ценностные ориентации.			
4	Самооценка и уровень притязаний.			
5	Интересы и склонности в выборе профессии.			
6	Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова.			
7	Концепция индивидуальности Голланда.			
8	Правила выбора профессии.			
9	Ошибки и затруднения при выборе профессии.			
10	Кем работают мои родные? Кем работают мои родители? Профессии моего рода.			
11	Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым.			
12	Что такое профессиограмма?			
13	В каких учебных заведениях можно получить профессию?			
14	На работу устраиваемся по правилам.			
15	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»).			
16	«Быть нужным людям...».			
17	Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия»			
18	Как готовить себя к будущей профессии?			
19	Исследование «Необычная творческая профессия».			
20	Сочинение «... - это призвание!»			

21	Рабочие профессии.			
22	Жизненно важная профессия			
23	Профессия, охраняющая общественный порядок.			
24	Встреча с интересной личностью.			
25	Великие личности нашей страны и путь их становления.			
26	«Мои родители хотят, чтобы я был похож на...и работал...»			
27	Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»			
28	Экскурсия на предприятия нашего города.			
29	Отчет о посещении предприятий.			
30	Подготовка к пресс конференции. «Представим, что я...»			
31	Итоговая пресс-конференция «Мир профессий»			
32	Творческий проект "Моя будущая профессия".			
33	Творческий проект "Моя будущая профессия".			
34	Итоговое занятие рефлексия.			

**6 класс**  
**34 часа (1 час в неделю)**

№ п/ п	Тема	Дата проведения		Примечания
		по плану	по факту	
1	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.			
2	Мир профессий.			
3	Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума).			
4	Знакомство с профессиограммами(занятие с элементами практикума).			
5	Профессия типа «Человек – техника».			
6	Профессия типа «Человек – природа».			

7	Профессия типа «Человек – знаковая система».			
8	Профессия типа «Человек – человек».			
9	Профессия типа «Человек – художественный образ».			
10	Пути получения профессии.			
11	Кто я, или что я думаю о себе.			
12	Свойства нервной системы и темперамент.			
13	Свойства нервной системы и темперамент.			
14	Память.			
15	Память.			
16	Внимание.			
17	Внимание.			
18	Мышление.			
19	Мышление.			
20	Эмоциональное состояние личности.			
21	Эмоциональное состояние личности.			
22	Саморегуляция.			
23	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.			
24	Первый шаг на пути к профессии.			
25	Современный рынок труда и его требования.			
26	Мотивы и основные условия выбора профессии.			
27	Что требует профессия от меня?			
28	Перспективы профессионального старта.			
29	Перспективы профессионального старта.			
30	Составление плана профессионального самоопределения.			
31	Построение образа профессионального будущего.			
32	Подготовка к будущей карьере.			



33	Детско-родительская профориентационная игра-проект «Выбор профиля»			
34	Итоговое занятие «Перелистывая страницы».			

**7 класс**  
**34 часа (1 час в неделю)**

№ п/п	Тема	Дата проведения		Примечания
		по плану	по факту	
1	Трудом славен человек.			
2	Учеба твой главный труд.			
3	Человеческие возможности.			
<b>Способности к запоминанию. 2 часа</b>				
4	Общее представление о памяти, ее видах, процессах. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности.			
5	Выполнение упражнений на развитие памяти, разучивание стихотворений и их воспроизводство на уроке (конкурс – «Кто лучше запоминает?»)»			
<b>Способность быть внимательным. 2 часа</b>				
6	Представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Значение наблюдательности как профессионально важного качества.			
7	Выполнение упражнений с учащимися на развитие внимания при помощи м/м презентации. Проведение игры «Выбери лишнее!».			
<b>Волевые качества личности. 3 часа</b>				
8	Волевые качества личности. Регулирующая функция воли. Опросник «Какая у меня воля?»			
9	Проведение дебатов: «Какими качествами должен обладать волевой человек?».			
10	«Узнаю, думаю, выбираю» Практическая работа «Визитка» - 1ч.			
<b>Беседы о конкретных профессиях. 12 часов</b>				
11	Приглашение и беседа с врачом-педиатром			

12	Приглашение и беседа с библиотекарем.			
13	Классификация профессий			
14-15	Профессия и современность .			
16 17 18	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей.			
19	Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?			
20 21	Интересы и выбор профессии «Кто я и что я думаю о себе?»			
22	Темперамент и выбор профессии			
<b>Здоровье и выбор профессии. 2 часа</b>				
23	Факторы здоровья при выборе профессии.			
24	Посещение «Кабинета здоровья».			
<b>Дело твоей жизни. 4 часа</b>				
25	«Я – это...». Выявление самооценки и планирование своего будущего.			
26	Подготовка учащимися проекта « Я бы смог стать...».			
27	Профессиональный тип личности			
28	Ошибки при выборе профессии.			
<b>Человек среди людей. 6 часов</b>				
29	Межличностные отношения и их значение в профессиональной деятельности.			
30	Проведение урока-игры на свежем воздухе «Живем вместе».			
31	Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (игра-викторина)			
32	Природа – это наши корни, начало нашей жизни (экологическая игра)			
33	Творческий урок (разработка проектов «Путь в профессию»)			
34	Практическая работа(презентация и защита индивидуальных проектов «Путь в профессию»)			

**8 класс**  
**34 часа (1 час в неделю)**

№ п/ п	Тема	Дата проведения		Примечания
		По плану	По факту	
1	Вводное занятие			
2	Самооценка и уровень притязаний			
3	Темперамент и профессия. Определение темперамента			
4	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций			
5	Стресс и тревожность			
6	Определение типа мышления			
7	Внимание и память			
8	Уровень внутренней свободы			
9	Мой психологический портрет			
10	Классификация профессий. Признаки профессии			
11	Мотивы и основные условия выбора профессии.			
12	Профессия, специальность, должность. Формула профессии			
13	Интересы и склонности в выборе профессии			
14	Определение профессионального типа личности			
15	Профессионально важные качества			
16	Профессия и здоровье			
17	Путь в профессию			
18	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности			
19	Способности к интеллектуальным видам деятельности			
20	Способности к профессиям социального типа			
21	Способности к офисным видам деятельности			

22	Способности к предпринимательской деятельности			
23	Артистические способности			
24	Уровни профессиональной пригодности			
25	Мои способности			
26	Мотивы и потребности			
27	Ошибки в выборе профессии			
28	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях			
29	Современный рынок труда. Работодатель и работник.			
30	Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора			
31-32	Навыки самопрезентации. Резюме			
33	Стратегии выбора профессии			
34	Заключительный. Личный профессиональный план			

**9 класс**  
**34 часа (1 час в неделю)**

№ п/п	Тема	Дата проведения		Примечания
		По плану	По факту	
1	Что изучает профориентация			
2	Рынок образовательных услуг и рынок труда в Тамбове и Тамбовской области			
3	Образовательная карта г. Тамбова			
4	Кто Я или что Я думаю о себе			
5	Классификация профессий			
6	Формула профессии. Анализ профессии			
7	Практическая работа по анализу профессии			
8	Здоровье и выбор профессии			
9	Роль темперамента в выборе профессии			

10	Характер и моя будущая карьера			
11	Практическая работа по самоанализу своих способностей			
12	Я – концепция или «теория самого себя			
13	Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии			
14	Интересы и выбор профессии			
15	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию			
16	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями			
17	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности			
18	Человек среди людей. Способность к коммуникации			
19	Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС			
20	Деловая игра «Кадровый вопрос»			
21	Стратегия выбора профессии			
22	Твой профильный класс			
23	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения			
24	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация»			
25	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов»			
26	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.			
27	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.			
28	Лестница карьеры			

29	Резюме			
30	Практическая работа по написанию резюме			
31	Тренинг «Перекресток»			
32	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения			
33	О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения			
34	Итоговый урок. Дискуссия			