

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Рождественская основная общеобразовательная школа»
Беляевского района Оренбургской области

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

МБОУ «Рождественская ООШ»

Протокол № 7 от «10» 08 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Рождественская ООШ»

/Лысогор А.И./

приказ № 75 от «10» 08 2023 г.

**Программа курса внеурочной деятельности
«Основы профориентации»
5 – 9 классы
на 2023 – 2024 учебный год**

с. Рождественка, 2023 год

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся.

Программа курса внеурочной деятельности «Основы профориентации» составлена на основе нормативных документов:

1. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (зарегистрирован в Минюсте России 05.07.2021 № 64100)

2. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 01.06.2023 № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации»

3. Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Рождественская ООШ»

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в РФ»;
- Приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- СП2.4.3648-20;
- СанПиН1.2.3685-21;

В современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников общеобразовательных учебных заведений. Его важнейший аспект - организация сопровождения профессионального самоопределения учащихся с учётом их способностей и интересов, а также потребностей общества.

Цель программы «Основы профориентации» - формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего.

Задачи:

1. Активизировать внутренние психологические ресурсы обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу;

2. Осознать значимость правильного выбора будущей профессии;
3. Развивать навыки конструктивного взаимодействия при выборе будущей профессии;
4. Уметь оценивать свое решение о профессиональном выборе.

Формы занятий – рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, экскурсии, участие в ярмарках рабочих мест, встречи с людьми интересных профессий и др.

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).

Учебный курс предназначен для обучающихся 5–9-х классов; рассчитан на 1 час в неделю/34 часа в год в каждом классе.

Планируемые результаты освоения программы

В основе программы «Основы профориентации» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами.

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В сфере гражданского воспитания:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Профориентация»;
- готовность к разнообразной совместной деятельности;
- выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса на основе взаимопонимания и взаимопомощи

В сфере патриотического воспитания:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе профориентационных экскурсий на предприятия своего региона

В сфере духовно-нравственного воспитания:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и

поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

- осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии.

В сфере эстетического воспитания:

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;
- стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного;
- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов;

- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере трудового воспитания:

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

- интерес к практическому изучению профессий и труда различно города, в том числе на основе знаний, полученных в ходе изучения курса;

- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

- готовность адаптироваться в профессиональной среде;

- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учётом личных и

общественных интересов и потребностей.

В сфере экологического воспитания:

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями сферы «человек-природа»;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность;
- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред

В сфере понимания ценности научного познания:

- ориентация в деятельности, связанной с освоением курса «Шаги в профессию», на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека, в том числе в профессиональной сфере;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия

В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;
- способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других, проходить профессиональные пробы в разных сферах деятельности;
- навык выявления и связывания образов, способность осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие, в том числе профессиональное;
- умение оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;
- умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в

произошедшей ситуации.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать в опросы как инструмент для познания будущей профессии;
- аргументировать свою позицию, мнение;
- оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе работы с интернет – источниками;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого обсуждения в группе или в паре;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанные с выбором будущей профессии;
- выдвигать предположения о возможном росте и падении спроса на ту или иную специальность в новых условиях;
- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации, связанной с профессиональной деятельностью или дальнейшим обучением;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных участников курса «Шаги в профессию».

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включённых в курс «Профориентация»;
- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- понимать намерения других участников занятий курса, проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях, в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;

- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты работы, проделанной в рамках выполнения заданий, связанных с тематикой курса по профориентации;
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких участников курса, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и др.);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с действиями других участников курса

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;
- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выборе будущей профессии;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку опыту, приобретённому в ходе прохождения курса по профориентации, уметь находить позитивное в любой ситуации;
- уметь вносить коррективы в свою деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- различать, называть и управлять собственными эмоциями;
- уметь ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения участников курса, осознанно относиться к ним

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся научатся:

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

- знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- иметь представление о правилах проведения исследования;
- получение первоначального опыта самореализации.

Формы занятий – рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, экскурсии, участие в ярмарках рабочих мест, встречи с людьми интересных профессий и др.

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 защиту проекта

Содержание программы «Шаги в профессию» 5 класс, 34 часа

1. Введение. Знакомство. (1ч)
2. Мои личные профессиональные планы. (1ч)
3. Ценностные ориентации. (1ч)
4. Самооценка и уровень притязаний. (1ч)
5. Интересы и склонности в выборе профессии. (1ч)
6. Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова. (1ч) Типы профессий (построение таблицы): Ч-Ч, Ч-Т, Ч-П, Ч-ХО, Ч-Э.
7. Концепция индивидуальности Голланда. (1ч).
8. «Какой у вас характер?», «Шкала значимости эмоций», «Эмоциональная направленность личности», «Тип ригидности психологической установки», «Тест Голланда».
9. Правила выбора профессии. (1ч)
10. Ошибки и затруднения при выборе профессии. (1ч)
11. Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего города. (1ч)
12. Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым. (1ч)
13. Что такое профессиограмма? (1ч)
14. В каких учебных заведениях можно получить профессию? (1ч)
15. На работу устраиваемся по правилам. (1ч)
16. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо») (1ч)
17. «Быть нужным людям...» (1ч)
18. Сочинение–рассуждение «Самая нужная профессия» (1ч)
19. Как готовить себя к будущей профессии? (1ч)
20. Исследование «Необычная творческая профессия». (1ч)
21. Сочинение «... - это призвание!» (1ч)

22. Рабочие профессии. (1ч)
23. Жизненно важная профессия. (1ч)
24. Профессия, охраняющая общественный порядок. (1ч)
25. Встреча с интересной личностью. (1ч)
26. Великие личности нашей страны и путь их становления. (1ч)
27. «Мои родители хотят, чтобы я был похож на ... и работал ...» (1ч)
28. Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...» (1ч)
29. Экскурсия на предприятия нашего района. (1ч)
30. Отчет о посещении предприятий. (1ч)
31. Подготовка к пресс-конференции. «Представим, что я ...» (1ч)
32. Итоговая пресс-конференция «Мир профессий» (1ч)
33. Творческий проект «Моя будущая профессия»(1ч)
34. Итоговое занятие рефлексия. (1ч)

6 класс, 34 часа

Тема 1. Трудом славен человек (1ч)

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. (1ч)

Пресс-конференция с учителями школы по теме, составление учащимися в группах памятки «Успешное обучение – мое стремление!».

Тема 3. Человеческие возможности (1ч)

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

Тема 4. Способности к запоминанию (2ч).

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 (2ч).

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 (2ч).

Волевые качества личности. Регулирующая функция воли. Опросник «Какая у меня воля?». Проведение дебатов: «Какими качествами должен обладать волевой человек?».

Тема 7. «Узнаю, думаю, выбираю» (1ч)

Практическая работа с методиками: «Визитка», «Тебе подходят профессии», «Узнай профессию».

Тема 8. Беседы о конкретных профессиях (2часа)

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.

Тема 9. Классификация профессий (1ч).

Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Знакомство с профессиограммами.

Тема 10. Профессия и современность (2ч)

Экскурсия в пекарню. Знакомство учащихся с профессией булочника-хлебопека и кондитера. Аналитическая беседа по окончании экскурсии.

Тема 11. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей (3 ч)

Встречи с родителями. Интервью. Анкетирование.

Тема 12. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? (1 ч)

Проведение викторины на знание и выбор профессии. Составление синквейна учащимися на тему «Моя любимая профессия».

Тема 13. Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?»(2 ч)

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.

Тема 14. Темперамент и выбор профессии (1ч)

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 15. Здоровье и выбор профессии (2ч)

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

Тема 16. Дело твоей жизни (2ч)

«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...».

Тема 17. Профессиональный тип личности (1ч)

Определение своего профессионального типа личности. Тест «Профессиональный тип личности».

Тема 18. Ошибки при выборе профессии (1ч)

Просмотр видеоролика «Типичные ошибки». Аналитическая беседа с учащимися после просмотра. Составление памятки «Не допустим ошибок при выборе профессии!».

Тема 19. Человек среди людей (2 ч)

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».

Тема 20. Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (1 ч)

Проведение игры-викторины «По одежке встречают, по уму провожают».

Тема 21. Природа – это наши корни, начало нашей жизни (1 ч)

Проведение экологической игры совместно с учителем по биологии.

Тема 22. Творческий урок (1ч)

Совместная разработка плана проекта «Моя будущая профессия». Обсуждение в группах наиболее успешного плана и возможности его реализации.

Тема 23. Практическая работа (1ч)

Презентация проектов учащимися «Моя будущая профессия». Дискуссия между ними по разработанным проектам.

7 класс, 34 часа

Тема 1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека. (2 ч)

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. (2ч)

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). (2ч)

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”. (1ч)

Тема 5. Профессия типа “Человек – природа”. (1ч)

Тема 6. Профессия типа “Человек – знаковая система”. (1 ч)

Тема 7. Профессия типа “Человек – человек”. (1ч)

Тема 8. Профессия типа “Человек – художественный образ”. (1ч)

Тема 9. Пути получения профессии. (1ч) Формы обучения.

Тема 10. Кто я, или что я думаю о себе. (1ч)

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

Тема 11. Свойства нервной системы и темперамент. (2ч)

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 ч)

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.

Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

Тема 13. Внимание. (2ч)

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. (2ч)

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

Приемы развития.

Тема 15. Эмоциональное состояние личности. (2ч)

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. (1ч)

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 ч) 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. (1ч)

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. (1ч)

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 ч)

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

Тема 22. Перспективы профессионального старта. (2ч)

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

Тема 23. Составление плана профессионального самоопределения. (1 ч)

Алгоритм принятия решения

Тема 24. Построение образа профессионального будущего. (1ч)

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. (1ч)

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

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

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

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

8 класс, 34 часа

Тема 1. Вводное занятие. (1ч)

Анкета «Планы на ближайшее будущее».

Теоретические сведения. Цели и содержание курса. Специфика занятий.

Тема 2. Самооценка и уровень притязаний. (1ч)

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

Тема 3. Темперамент и профессия. Определение темперамента. (1ч)

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. (1ч)

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

Тема 5. Стресс и тревожность. (1ч)

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. (1ч)

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

Тема 7. Внимание и память (1ч)

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти.

Приемы запоминания.

Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявление особенностей внимания личности.

Тема 8. Уровень внутренней свободы. (1ч)

Тема 9. Мой психологический портрет. (1ч)

Тема 10. Классификация профессий. Признаки профессии. (1ч)

Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессии. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

Тема 11. Определение типа будущей профессии. (1ч)

Характеристика профессий типа «человек–человек». Подтипы профессий типа «человек–человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек–человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек–человек». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек–техника». Подтипы профессий типа «человек – техника». ПВК профессий типа «человек – техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – техника». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – знаковая система». Подтипы профессий типа «человек – знаковая система». ПВК профессий типа «человек – знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – знаковая система». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек–природа». Подтипы профессий типа «человек – природа». ПВК профессий типа «человек – природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – природа». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – художественный образ». Подтипы профессий типа «человек – художественный образ». ПВК профессий типа «человек – художественный образ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – художественный образ». Профессиональные пробы.

Тема 12. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. (1ч)

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. (1ч)

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

Тема 14. Определение профессионального типа личности.(1ч)

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

Тема 15. Профессионально важные качества. (1ч)

Тема 16. Профессия и здоровье. (1ч)

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. Моя будущая профессия. (1ч)

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

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. (1ч)

Тема 20. Способности к профессиям социального типа. (1ч)

Тема 21. Способности к офисным видам деятельности. (1ч)

Тема 22. Способности к предпринимательской деятельности. (1ч)

Тема 23. Артистические способности. (1ч)

Тема 24. Уровни профессиональной пригодности. (1ч)

Тема 25. Мои способности. (1ч)

Тема 26. Мотивы и потребности. (1ч)

Тема 27. Ошибки в выборе профессии. (1ч)

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

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

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

Тема 31. Навыки самопрезентации. Резюме.(1ч)

Тема 32. Составление «Программы самовоспитания для предполагаемой будущей профессии» (с дискуссионным обсуждением программ). Проба написания обучающимися личных резюме. Сочинение «Если бы я был губернатором/президентом?»

Тема 33. Стратегии выбора профессии. (1ч)

Тема 34. Заключительный. Личный профессиональный план. (1ч)

9 класс, 34 часа

Профориентация: от сбора информации до выбора профессии.

Тема 1. «Что изучает профориентация». (1 ч)

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 Оренбургской области». (1 ч)

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

Тема 3. «Образовательная карта учебных заведений региона». (1ч)

Наиболее востребованные профессии в нашем городе. Перечень учебных заведений.

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

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». (1ч)

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». (1ч)

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

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

Условия труда, требования к работнику.

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

Особенности своего здоровья и требований, предъявляемых

профессией.

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

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». (1ч)

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». (1ч)

Структура выбора профессии. Результаты исследований учащегося.

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

Упражнение «Комплимент». Беседа о Я – концепции человека. О том, как формируется «теория самого себя» и как она влияет на выбор профессии. Модель самооценки человека Методика «Самооценка» Л.И. Маленковой (*Человековедение, М. ТОО «Интел Тех», 1993*). Методика исследования самооценки Я.Л. Коломинского, А.А. Реана . Упражнение «Ты лучший!»

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

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

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

Структура мотивации по А. Маслоу. Понятийный аппарат.

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

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 ч)

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 ч)

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

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

Материалы книги А. Пиза «Язык телодвижений».

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

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

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

Сценарий игры «Кадровый вопрос».

Тема 21. «Стратегия выбора профессии». (1ч)

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

Тема 22. «Твой профильный класс». (1ч)

Документы, регламентирующие профильное обучение в школе.

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

Анкета на выявление предпочтений, учащихся в выборе профиля обучения.

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

Анкета «Ориентация».

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

Тест «Карта интересов».

Тема 26. 27. Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра. (2 ч)

Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.

Тема 28. «Лестница карьеры». (1ч)

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

Тема 29. «Резюме». (1ч)

Схема написания резюме. Варианты резюме

Тема 30. Практическая работа по написанию резюме. (1ч)

Схема написания резюме. Варианты резюме

Тема 31. Тренинг «Перекресток». (1ч)

Профконсультирование

Тема 32. «О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1ч)

Протоколы индивидуальной консультации.

Тема 33. «О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1ч)

Тема 34. Итоговый урок. Защита проекта.

Календарно-тематическое планирование 5 класс

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

22	Жизненно важная профессия.	групповая дискуссия	1		
23	Профессия, охраняющая общественный порядок.	групповая дискуссия	1		
24	Встреча с интересной личностью.	Встреча с людьми интересной профессии	1		
25	Великие личности нашей страны и путь их становления.	групповая дискуссия	1		
26	«Мои родители хотят чтобы я был похож на ... и работал ...»	беседа	1		
27	Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»	Сочинение-рассуждение	1		
28	Экскурсия на предприятия нашего района	практика	1		
29	Отчет о посещении предприятий.	групповая дискуссия	1		
30	Подготовка к пресс-конференции. «Представим, что я ...»	групповая дискуссия	1		
31	Итоговая пресс-конференция «Мир профессий»	тренинг	1		
32	Творческий проект "Моя будущая профессия"	мини-проект	1		
33	Творческий проект "Моя будущая профессия"	мини-проект	1		
34	Итоговое занятие рефлексия	анкетирование	1		

6 класс

№п/п	Тема	Форма проведения занятий	Общее кол-во часов	Дата проведения	
				план	факт
1	Трудом славен человек.	беседа	1		
2	Учеба твой главный труд	беседа	1		
3	Человеческие возможности	беседа	1		
4-5	Способности к запоминанию	тренинг	2		
6,7	Способность быть внимательным	беседа	2		
8,9	Волевые качества личности	рассказ	2		
10	«Узнаю, думаю, выбираю» Практическая работа «Визитка»	практика	1		
11,12	Беседы о конкретных профессиях	беседа, презентация	2		
13	Классификация профессий	рассказ	1		
14,15	Профессия и современность	беседы	2		

16,17,18	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей	беседы	3		
19	Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?	беседа, тренинг	1		
20,21	Интересы и выбор профессии «Кто я и что я думаю о себе»	тренинг	2		
22	Темперамент и выбор профессии	беседа	1		
23,24	Здоровье и выбор профессии	беседа	2		
25,26	Дело твоей жизни.	беседа	2		
27	Профессиональный тип личности	рассказ	1		
28	Ошибки при выборе профессии.	беседа	1		
29,30	Человек среди людей	беседа, тренинг	2		
31	Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (игра-викторина)	игра-викторина	1		
32	Природа – это наши корни, начало нашей жизни (экологическая игра)	игра	1		
33	Творческий урок (разработка проектов «Моя будущая профессия»)	мини-проект	1		
34	Практическая работа (презентация и защита индивидуальных проектов «Моя будущая профессия»)	защита проектов	1		

7 класс

№ п/п	Тема	Форма проведения занятий	Общее кол-во часов	Дата проведения	
				план	факт
1,2	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	беседа	2		
3,4	Мир профессий.	беседа	2		
5,6	Знакомство с профессиограммами	рассказ	2		
7	Профессия типа “Человек – техника”.	рассказ	1		
8	Профессия типа “Человек – природа”.	рассказ	1		
9	Профессия типа “Человек – знаковая система”.	рассказ	1		

10	Профессия типа “Человек – человек”.	рассказ	1		
11	Профессия типа “Человек – художественный образ”.	рассказ	1		
12	Пути получения профессии. Формы обучения.	рассказ	1		
13	Кто я, или что я думаю о себе.	тренинг	1		
14, 15	Свойства нервной системы и темперамент.		2		
16, 17	Память.	Беседа	2		
18, 19	Внимание.	Беседа	2		
20, 21	Мышление.	Беседа	2		
22	Эмоциональное состояние личности.	беседа	1		
23	Саморегуляция.	беседа	1		
24	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	Рассказ	1		
25	Первый шаг на пути к профессии.	рассказ	1		
26	Современный рынок труда и его требования.	рассказ	1		
27	Мотивы и основные условия выбора профессии.	рассказ	1		
28	Что требует профессия от меня?	тренинг	1		
29	Перспективы профессионального старта.	рассказ	1		
30	Составление плана профессионального самоопределения.	практика	1		
31	Построение образа профессионального будущего.	практика	1		
32	Подготовка к будущей карьере.	игра	1		
33	Детско-родительская профориентационная игра-проект “Выбор профиля”	игра	1		
34	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.	анкетирование	1		

8 класс

№ п/п	Тема	Форма проведения занятий	Общее кол-во часов	Дата проведения	
				план	факт
1	Вводное занятие	беседа	1		
2	Самооценка и уровень притязаний	беседа	1		
3	Темперамент и профессия. Определение темперамента	тестирование	1		
4	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	тестирование	1		
5	Стресс и тревожность	рассказ	1		
6	Определение типа мышления	тестирование	1		
7	Внимание и память	беседа	1		
8	Уровень внутренней свободы	беседа	1		
9	Мой психологический портрет	анкетирование	1		
10	Классификация профессий. Признаки профессии	рассказ	1		
11	Определение типа будущей профессии	беседа	1		
12	Профессия, специальность, должность. Формула профессии	беседа	1		
13	Интересы и склонности в выборе профессии	беседы	1		
14	Определение профессионального типа личности	тренинг	1		
15	Профессионально важные качества	беседа	1		
16	Профессия и здоровье	беседа	1		
17	Моя будущая профессия	мини-проект	1		
18	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	рассказ	1		
19	Способности к интеллектуальным видам деятельности	рассказ	1		
20	Способности к профессиям социального типа	рассказ	1		
21	Способности к офисным видам деятельности	рассказ	1		
22	Способности к предпринимательской деятельности	рассказ	1		
23	Артистические способности	рассказ	1		

24	Уровни профессиональной пригодности	рассказ	1		
25	Мои способности	тренинг	1		
26	Мотивы и потребности	беседа	1		
27	Ошибки в выборе профессии	беседа	1		
28	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях	рассказ	1		
29	Современный рынок труда. Работодатель и работник.	рассказ	1		
30	Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора	рассказ	1		
31	Навыки самопрезентации	беседа	1		
32	Навыки самопрезентации. Резюме	практика	1		
33	Стратегии выбора профессии	беседа	1		
34	Заключительный. Личный профессиональный план (защита проекта)	мини-проект	2		

9 класс

№	Тема	Форма проведения занятий	Общее кол-во часов	Дата проведения	
				план	факт
1.	Профориентация: от сбора информации до выбора профессии.	рассказ	1		
2.	Что изучает профориентация	беседа	1		
3.	Рынок образовательных услуг и рынок труда в Оренбургской области	рассказ	1		
4.	Образовательная карта Оренбургской области	рассказ	1		
5.	Кто Я или что Я думаю о себе.	тренинг	1		
6.	Классификация профессий.	рассказ	1		
7.	Формула профессии. Анализ профессии.	беседа	1		
8	Практическая работа по анализу профессии	практика	1		
9	Здоровье и выбор профессии	беседа	1		
10	Роль темперамента в выборе профессии.	рассказ	1		
11	Характер и моя будущая карьера.	тренинг	1		

12	Практическая работа по самоанализу своих способностей.	практика	1		
13	Я – концепция или «теория самого себя»	Мини- проект	1		
14	Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии».	практика	1		
15	Интересы и выбор профессии	беседа	1		
16	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию.	беседа	1		
17	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями.	беседа	1		
18	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности.	беседа	1		
19	Человек среди людей. Способность к коммуникации.	рассказ	1		
20	Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС (коммуникативные и организаторские способности)	тестирование	1		
21	Деловая игра «Кадровый вопрос».	игра	1		
22	Стратегия выбора профессии.	беседа	1		
23	Твой профильный класс.	беседа	1		
24	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения.	беседа	1		
25	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация».	анкетирование	1		
26	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов».	тестирование	1		

27	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности.	тестирование	1		
28	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.	тестирование	1		
29	Лестница карьеры.	беседа	1		
30	Резюме.	практика	1		
31	Практическая работа по написанию резюме.	практика	1		
32	Тренинг «Перекресток».	тренинг	1		
33	О предпочтениях и трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения.	беседа	1		
34	Итоговый урок. Эссе «Кем и каким я хочу стать»	анкетирование	1		

Оборудование:
компьютер, видеопроектор, экран.

Интернетресурсы:
<https://resh.eu.ru/>
<https://www.yaklass.ru/>