

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа»  
с. Барятино Тарусского района Калужской области**

**«РАССМОТРЕНО**  
на педагогическом совете»  
Протокол № 8  
от 31.08.2022 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директором МБОУ БСОШ  
Т. Н. Иванченко  
Приказ № 35-1 от 31.08.2022 г.

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

**Форма организации:** внеурочная  
**Направление:** социальное  
**Срок реализации:** 1 год  
**Программу составил:** Кургин А. А.

## Планируемые результаты обучения

**Личностные результаты** освоения программы предпрофильной подготовки:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, формирование уважительного отношения к труду, развитие опыта участия в социально значимом труде;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, гражданской позиции, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметные результаты** освоения программы должны отражать **универсальные учебные действия: регулятивные, познавательные и коммуникативные.**

**Регулятивные:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора.

**Познавательные:**

Умение создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, умение строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы.

**Коммуникативные:**

Умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов сторон; умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

### **Предметные результаты:**

- знакомство учащихся с основами психологии личности;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;
- формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- выявление требований, предъявляемых профессиями к физической форме и состоянию здоровья человека; выбор профиля обучения; построение индивидуального профессионального маршрута.

### **Учащиеся будут знать:**

- основы общей психологии, основные психологические термины;
- особенности личности человека и свои собственные;
- правила выбора профессии; требования к современному профессионалу;
- потребности современного рынка труда.

### **Учащиеся будут уметь:**

- строить свои отношения с окружающими;
- отстаивать свои права конструктивным способом;
- на основе самодиагностики и знаний о мире профессий выбирать правильный профессиональный путь.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **Раздел 1. Основы жизненного и профессионального самоопределения (6 ч)**

#### **Введение в курс «Основы профессионального самоопределения» (1 ч)**

Цели и задачи курса. Что такое профориентация? Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе развития общества.

*Практическая работа.* Входное диагностическое тестирование по методике «Матрица выбора профессий»

## **Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека (1 ч)**

Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека.

Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

*Практическая работа.* Профориентационная игра «Эпитафия»

## **Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития (1 ч)**

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

*Практическая работа.* Эссе. Выписать в тетрадь и осмыслить высказывание Г.К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идет к твердо избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной цели — тогда удастся у тебя жизнь».

## **Значение, ситуация и правила выбора профессии (2 ч)**

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Формула выбора профессии: «Хочу-Могу-Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

*Практическая работа.* Выявление профессиональных интересов по методикам «Профиль», «Формула профессии»

## **Типичные ошибки при выборе профессии (1 ч)**

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

*Практическая работа.* Дорожная карта выбора профессии.

## **Раздел 2. Человек и профессия (10 ч)**

### **Профессионально важные качества личности (1 ч)**

Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности. Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание.

Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общие, особенные и специфические профессионально важные качества личности.

*Практическая работа.* Заполнить таблицу.

Профессиональные качества, необходимые для овладения выбранной мною профессии		
Общие	Особенные	Специфические

### **Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии (1 ч)**

Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе

профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии:

социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

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

### **Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении (1 ч)**

Ценностная ориентация как избирательное отношение человека к

материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентаций, виды ценностей.

*Практическая работа.* Определение ценностей школьников с помощью методики «К чему стремятся люди в жизни».

### **Темперамент и выбор профессии (1 ч)**

Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. Положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента. Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.

*Практическая работа.* Определение типа темперамента школьников по методике Айзенка.

### **Характер и выбор профессии (1 ч)**

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

*Практическая работа.* Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

### **Роль способностей в профессиональной деятельности (1 ч)**

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

*Практическая работа.* Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методики «КОС» и «Определение склонностей».

### **Тип личности и выбор профессии (1 ч)**

Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистический (практический), интеллектуальный, артистический, социальный, предприимчивый (предпринимательский), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: схожие и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление типа личности по методике Дж. Холланда.

### **Здоровье и выбор профессии (1 ч)**

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

*Практическая работа.* Выявление школьниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».

### **Профессиональная пригодность и самооценка (1 ч)**

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ-Я» как система представлений о себе. Структура «Образ-Я»: знания о себе, оценка себя, умение управлять собой. Реальное «Я», идеальное «Я», «Я» - глазами других людей.

«Я-концепция» как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я-концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

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

### **Диагностика по теме «Человек и профессия» (1 ч)**

*Практическая работа.* Работа с тестами. Дидактические игры «Автопортрет», «Звездный час».

### **Раздел 3. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении ( 2 ч)**

#### **Профильное обучение, предпрофильная подготовка (1 ч)**

Цель, задачи и содержание профильного обучения старшекласников. Структура содержания профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по выбору. Профили обучения. Цели и задачи предпрофильной подготовки выпускников основной школы.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий.

#### **Пути получения профессионального образования (1 ч)**

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

### **Раздел 4. Мир труда и профессий ( 10 ч)**

#### **Профессия и специальность: происхождение и сущность (1 ч)**

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

*Практическая работа.* . Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий».

#### **Профессиональная деятельность и карьера человека (1 ч)**

Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное

мастерство. Показатели профессионального мастерства. Виды профессиональной этики. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.

*Практическая работа.* Заполнение таблицы.

<b>Позиции</b>	<b>Содержание</b>
Моя будущая профессия	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	

Предмет труда	
Средства труда	
Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание)	
Возможная заработная плата	

### **Рынок труда и его требования к профессионалу (1 ч)**

Сущность рынка труда и принципы его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда города, региона, страны, мира.

*Практическая работа.* Провести аналитическую диагностику рынка труда своего города (региона, страны).

### **Классификация профессий. Формула профессии (1 ч)**

Что такое «предмет труда», пять основных типов профессий по предмету труда. Понятие «характер» труда. Профессии «творческие» и «алгоритмические», их особенности и значимость в обществе.

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

*Практическая работа.* Дидактическая игра «Классификация профессий». Определение учащимися формулы своей будущей профессии.

### **Профессии типа человек-человек. Описание и примеры профессий. (1 ч)**

Предмет труда: люди, коллективы. Профессиональные требования к уровню коммуникативных склонностей. Способы выхода из конфликта.

*Практическая работа.* Тест Томаса на определение основных способов выхода из конфликтной ситуации (самодиагностика). Учет уровня коммуникативных склонностей при выборе профессии данного типа.

### **Профессии типа «человек техника». Описание профессий. (1 ч)**

Предмет труда: машины, механизмы. Профессиональные требования к уровню логического мышления и координации. Определение склонности к данному типу профессий.

*Практическая работа.* Тест «Психогеометрия» (самодиагностика).

### **Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий. (1 ч)**

Предмет труда: знаки, тексты, символы. Профессиональные требования к уровню словесно- логического и математического мышления в разных профессиях.



*Практическая работа.* Оценка уровня логического мышления: методика «Числовые ряды» (самодиагностика уровня математического мышления) и «Выделение существенных признаков» (самодиагностика уровня словесно-логического мышления).

### **Профессии типа «человек-природа». Описание профессий. (1 ч)**

Предмет труда: объекты природы. Профессиональные требования к уровню предметно-действенного мышления. Знакомство с современными профессиями. Необходимость изучения и защиты природы в современном мире.

### **Профессии типа «человек - художественный образ». Описание профессий. (1 ч)**

Предмет труда: произведения искусства. Профессиональные требования к уровню креативных способностей. Область применения своих способностей в зависимости от уровня их развития.

*Практическая работа.* Оценка уровня креативности по проективному рисуночному тесту Уильямса (работа в группах).

### **Профессии типа «человек- бизнес». Описание профессии. (1 ч)**

Предмет труда: организация процессов. Многообразие областей применения организаторских и лидерских способностей. Современные требования к профессионалу – руководителю. Особенности предпринимательской деятельности.

## **Раздел 5. Я и профессия (6 ч)**

### **Мои профессиональные намерения. (1 ч)**

Определения типа профессии по предмету и характеру труда в соответствии со своими склонностями и способностями.

*Практическая работа.* Анкета «Ориентация» (самодиагностика). Определение профессиональной направленности личности: тест Голанда (самодиагностика).

### **Навыки самопрезентации. Резюме. (1ч)**

Самоопределение личностных качеств, хобби, составление эссе о личных рекордах и достижениях.

### **Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях (1ч)**

Проведение анализа актуального состояния потребности в профессиях изменяющегося рынка труда.

### **Современный рынок труда. Работодатель и работник. (1ч.)**

Изучение Основных положений прав и обязанностей работодателя и работника и их анализ.

### **Стратегии выбора профессии (1ч)**

Определение творческого потенциала, возможных разочарований в профессии и уверенности в завтрашнем дне.

### Итоговое занятие. Моя будущая профессия. (1 ч)

Заполнение итоговой таблицы. Принятие решения по направлению будущей профессиональной деятельности и построение индивидуального образовательного маршрута.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование раздела, темы	Количество часов	Дата проведения
<b>Основы жизненного и профессионального самоопределения (6 ч)</b>			
1/1	Введение в курс «Основы профессионального самоопределения»	1	
2/2	Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека	1	
3/3	Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития	1	
4/4	Значение, ситуация и правила выбора профессии.	1	
5/5	Значение, ситуация и правила выбора профессии.	1	
6/6	Типичные ошибки при выборе профессии.	1	
<b>Человек и профессия (10 ч)</b>			
7/1	Профессионально важные качества личности	1	
8/2	Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии	1	
9/3	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	1	
10/4	Темперамент и выбор профессии.	1	
11/5	Характер и выбор профессии.	1	
12/6	Здоровье и выбор профессии.	1	
13/7	Роль способностей в профессиональной деятельности.	1	
14/8	Тип личности и выбор профессии.	1	
15/9	Профессиональная пригодность и самооценка.	1	

16/10	Диагностика по теме «Человек и профессия».	1	
<b>Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (2 ч)</b>			
17/1	Профессия и специальность: происхождение и сущность.	1	
18/2	Пути получения профессионального образования.	1	
<b>Мир труда и профессий (10 ч)</b>			
19/1	Профессия и специальность: происхождение и сущность.	1	
20/2	Профессиональная деятельность и карьера человека.	1	
21/3	Рынок труда и его требования к профессионалу.	1	
22/4	Классификация профессий. Формула профессии.	1	
23/5	Профессии типа человек-человек. Описание и примеры профессий.	1	
24/6	Профессии типа «человек техника». Описание профессий.	1	
25/7	Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.	1	
26/8	Профессии типа «человек-природа». Описание профессий.	1	
27/9	Профессии типа «человек - художественный образ». Описание профессий.	1	
28/10	Профессии типа «человек- бизнес». Описание профессии.	1	
<b>Я и профессия (6 ч)</b>			
29/1	Мои профессиональные намерения.	1	
30/2	Навыки самопрезентации. Резюме	1	
31/3	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях		
32/3	Современный рынок труда. Работодатель и работник.		
33/3	Стратегии выбора профессии		

34/6	Итоговое занятие. Моя будущая профессия.		
------	--	--	--

### УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Возрастная психология: детство, отрочество, юность / под ред. В.С. Мухина, А.А. Хвостов. – М.: Изд. Центр «Академия», 2007.
2. Зеер, Э.Ф. Психология профессий. – М.: Изд-во «Академия», 2003.
3. Климов, Е.А. Введение в психологию труда. – М.: Изд. Центр «Академия», 2004.
4. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М.: Изд-во: «Институт практической психологии», 2000.
5. Резапкина, Г.В. Я и моя профессия. – М.: Изд-во «Генезис», 2000.
6. Учебник: Твоя профессиональная карьера: учеб. Для 8-9 кл. общеобразоват. учреждений М.С. Гуткин, П.С. Лернер, Г.Ф Михальченко и др. под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2008 – 159 с.
7. Человек и профессия. Образовательный курс профессиональной направленности. Методическое пособие для учителя с электронным содержанием сопровождением курса / авт. Сост: Л.Н. Бобровская , О.Н. Просихина, Е.А. Сапрыкина; под ред. Н.Н. Рождественской. 2-е изд.; доп.- М.: Глобус, 2008. -101 с.
8. Пряжников Н.С. Профорientация в школе: игры, упражнения, опросники (8 – 11 классы). – М.: ВАКО, 2005. – 288 с. (Педагогика. Психология. Управление).
9. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала. – М.: изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003. – 336 с: – ил. – (Азбука психологии).
10. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003. – 176 с. – (Материалы для специалиста образовательного учреждения).