


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного  
округа-Югры  
Администрация города Пыть-Ях  
МБОУ СОШ №5

РАССМОТРЕНО  
руководитель МО

 Т.Л.Кагарлыцкая

Протокол №1  
от "26" 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО  
председатель методического  
совета

 И.В.Ильиных

Протокол № 1  
от "26" 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
директор МБОУ СОШ №5

 Е.В. Хахулина

Приказ № 360 - О  
от "27" 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности

«Самоопределение личности в профессиональной деятельности» 8-9 классы

Составитель: Исмайылова Нурия Закировна,  
педагог-психолог

г.Пыть-Ях, 2024 год

## Пояснительная записка

**Актуальность.** В концепции модернизации Российского образования говорится, что одной из важнейших задач воспитания является «формирование у школьников способности к успешной социализации в обществе и активной адаптации на рынке труда». Составной частью социализации является профессиональное самоопределение. Сегодня не оправдывают себя традиционные способы профориентации. Экономические реформы в России обусловили увеличение численности неработающей и не обучающейся молодежи.

В современных условиях профессиональное самоопределение предполагает выбор карьеры, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей, а также формирование осознанного отношения личности к социокультурным и профессионально- производственным условиям. Поэтому при проведении профориентационной работы важно не только выявить индивидуальные психологические качества личности, но и определить уровень сформированности социальных притязаний, ценностно-нравственной ориентации.

Трудовая деятельность представляет собой важнейшую сферу самореализации и самовыражения личности, обеспечивает раскрытие потенциальных возможностей и способностей индивида.

Выбор профессии основывается на соотнесении возможностей, способностей и интересов учащихся с оценкой состояния общественных потребностей в работниках тех или иных специальностей. В основу профессионального самоопределения положена трехфакторная модель Е.А. Климова (хочу - могу - надо)

Профориентация обеспечивает психологическую, ценностную, информационную и элементарную операциональную (на уровнях от допрофессионального до начального профессионального образования) готовность к **профессиональному самоопределению** и к возможной профессиональной переориентации в условиях изменений рынка труда

Профессиональное самоопределение рассматривается здесь как важная часть **социализации.**

**Необходимость** разработки программы дополнительного образования «История казачества: прошлое, настоящее и будущее» обусловлена концептуальными основами **нормативно-правовых документов**, регламентирующих деятельность образовательных учреждений в современной России:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- Федеральный Государственный образовательный стандарт основного общего образования;
- Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы»;
- Указ Президента Российской Федерации «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» от 01.06 2012 г. №761;
- Государственная Программа Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «О реализации государственной политики по профилактике экстремизма и развитию

российского казачества в Ханты-Мансийском округе-Югре на 2014-2020 годы», утвержденный постановлением Правительства Ханты-Мансийского округа – Югры от 09.10.2013 г. №429-п;

-Программа развития воспитательной компоненты образовательного учреждения.

**Цель программы:** оказать профессиональную поддержку обучающимся 8-9-х классов в процессе выбора профиля обучения, направления продолжения обучения и сферы будущей профессиональной деятельности, помочь молодым людям определить свои жизненные планы и в соответствии с ними выстроить алгоритм действий.

**Задачи:**

- развитие сознательного отношения обучающихся к профессиональному самоопределению в соответствии со своими возможностями, способностями и требованиями рынка труда;
- выявление склонностей и возможностей обучающихся в самоопределении, развитие их профессиональных интересов;
- формирование у обучающихся представления об основных психических явлениях (память, внимание, мышление, эмоции) и их значении в профессиональной деятельности;
- обеспечение подростков средствами самопознания, развитие навыков и умений по целеполаганию и планированию;
- формирование у слушателей курса целостного представления о мире профессий, соотносимых с профилями обучения, ознакомление с понятиями, характеризующими профессиональную деятельность человека по различным профилям;
- осуществление поддержки мотивации к будущему профилю обучения, формирование мотивов саморазвития, личностного роста;
- развитие навыков и умений школьников по целеполаганию и планированию, самопрезентации, эффективному межличностному взаимодействию.

**Особенности программного материала.** Программа занятий «Основы профессионального самоопределения» разработана на основе программы Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии» и направлена на повышение уровня профессиональной зрелости обучающихся 8-9-х классов, то есть способности сделать осознанный профессиональный выбор, используя при этом собственные ресурсы и имеющуюся информацию.

Программа рассчитана на 35 учебных часов с периодичностью 1 раз в неделю. Каждая тема включает в себя и практическое и теоретическое занятие. Методы ведения занятий выбираются исходя из их выраженной практической направленности.

**Приоритетными формами организации являются:** проектная и исследовательская деятельность, практики, игровые технологии, групповые дискуссии, ролевое проигрывание.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, раздаточный материал.

Материал программы распределен по времени с учетом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

**В результате выполнения данной программы учащиеся должны знать** сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности: темперамент, память, внимание, мышление, эмоции;
- уровни самоопределения (профессиональное, личностное, жизненное);
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- профессия, должность, карьера, горизонтальный и вертикальный рост;
- профессиональная мобильность;
- классификация, типы и подтипы профессий;
- профессиограмма и требования профессий к определенным качествам личности;
- личный профессиональный план;
- виды обучения: «универсальное обучение», «профильное обучение»;
- рынок труда;
- способы сохранения (профилактики) психоэмоционального здоровья в профессиональной деятельности.

**На основе полученных знаний учащиеся должны уметь:**

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- составлять личный профессиональный план и резюме;
- проектировать свою профессиональную карьеру.

Программа предусматривает выполнение следующих зачетных работ: подготовка проекта, выполнение творческой или исследовательской работы, реферата, теста, конструирования, моделирования и др. Критерии и результаты оценивания заносятся в портфолио ученика (при его наличии) в разделы: проекты, творческие работы и социальная практика.

**Содержание программы.**

**Раздел 1. Человеческие возможности при выборе профессии.**

**Диагностический блок.**

**Тема 1. Вводное занятие. Основы профессионального самоопределения. 2 часа.**

Значение в жизни человека принятия правильного решения о профессиональном выборе. Понятие «Профессия». Определение мотивации выбора профессии.

**Тема 2. Темперамент и выбор профессии. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности. 2 часа.**

Понятие «темперамент». Определение типов темперамента (методика Резапкиной). Влияние темперамента на профессию. Тепинг-тест.

**Тема 3. Интересы и выбор профессии. 2 часа.**

Интересы и склонности в выборе профессии. Формирование интересов, их виды и проявление в различных видах деятельности. Определение типа будущей профессии (опросник Климова Е.А.). Методика «Профиль».

**Тема 4. Склонности и профессиональная направленность. Профессиональный тип личности. 2 часа.**

Классификация профессий по типам. Склонности и профессиональная направленность. Анкета «Определение профессиональных склонностей» (Йовайши). Тест «Профессиональный тип личности» (Голланд).

**Тема 5. Чувства и эмоции. 2 часа.**

Понятие «чувства» и «эмоции». Способы проявления эмоций. Типы агрессивного поведения. Эмоциональность личности и выбор профессии. Практические задания/упражнения на проявление и узнавание эмоций. Тест эмоций.

**Тема 6. Познавательные способности при выборе профессии. 2 часа.**

Диагностика интеллектуальной сферы (памяти, внимания, мышления).

Методика «Эрудит». Выявление уровня познавательного развития и успешности обучения учащихся. Мышление и выбор профессии. Упражнения для тренировки и развития внимания.

**Тема 7. Общее представление о психических процессах: память внимание. 2 часа.**

Общее представление о памяти. Виды памяти, процессы памяти. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. Диагностика оперативной логической памяти (Ясюкова). Знакомство с приемами и техниками запоминания и возможностями развития памяти. Внимание, его виды. Характеристики внимания и выбор профессии. Упражнения для тренировки и развития внимания.

**Тема 8. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. 2 часа.**

Мышление и выбор профессии. Упражнения для развития внимания.

**Тема 9. Способности и профессиональная пригодность. 2 часа.**

Понятие и виды способностей. Характеристика способностей. Способности и профессионально важные качества, профессиональная пригодность. Соотношение требований разных групп профессий к личностным, физиологическим, интеллектуальным особенностям человека.

**Тема 10. Профессия и здоровье. 2 часа.**

Понятие «профессиональное здоровье». Влияние карьеры на здоровье и здоровья на карьеру. Возможные воздействия профессиональной деятельности на здоровье, факторы профессионального риска возникновения заболеваний. Противопоказания по отдельным группам профессий, ограничения профпригодности. Проблема профилактики психоэмоционального напряжения в профессиональной деятельности. Психологический практикум. Тест «Образ жизни».

**Тема 11. Человек среди людей. 2 часа.**

Общение и его роль в жизни человека. Виды общения. Схема осуществления коммуникации. Барьеры на пути коммуникации. Деловое общение. Методы и средства эффективного общения. Умение слушать.

**Тема 12. Тайм-менеджмент для жизни и профессии. 2 часа.**

Планирование времени. Знакомство с понятием «Тайм-менеджмент». Практическое задание «План на неделю».

**Тема 13. Практическая работа. Карта-план «Образовательный маршрут». 2 часа.**

Моделирование личного профессионального маршрута учащихся на основе личностных качеств.

**Тема 14. Подведение итогов раздела. 2 часа.**

**Раздел 2. Основные подходы к индивидуальному выбору профессии.**

**Тема 15. Мотивы и потребности. 2 часа.**

Мотивационная сфера человека. Классификация мотивов выбора профессии. Две поведенческие стратегии: мотивация «достижения успеха» и мотивация «избегания неудачи». Методика «Мотивы выбора профессии»

**Тема 16. Основы выбора. 2 часа.**

Самоопределение личности. Пути освоения профессии. Ситуации выбора профессии. Правила выбора профессий. Практическая работа.

**Тема 17. Классификация профессий. 2 часа.**

Классификация профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Путешествие по карте профессий.

**Тема 18. Составление формулы профессии, анализ профессии. 2 часа.**

Знакомство с профессиограммами. Составление формулы профессии. Обсуждение профессий. Формула профессии – последовательность букв, соответствующая описанию профессий. Самостоятельная работа.

**Тема 19. Формы получения профессионального образования. 2 часа.**

Варианты профессионального образования. Виды учебных учреждений, форм обучения, их отличительные особенности.

**Тема 20 - 21. Профильное обучение, классификация профилей. 4 часа.**

Перечень специальностей, соответствующих выбранному профилю. Учебный план. Предметы. Практические задания на ориентацию учащихся в мире профессий. Уровни профессиональной пригодности.

**Тема 22. Знакомство с основными профилями: общая классификация, профили школы. 2 часа.**

Классификация основных и дополнительных профилей. Система учебных курсов в профиле: базовые, профильные, элективные. Профильные предметы. Практическая работа «Мой профиль».

**Тема 23. Подведение итогов раздела. 2 часа.**

**Раздел 3. Профессиональные маршруты.**

**Тема 24-25. Рынок образовательных услуг в России и городе Пыть-Ях.**

**4 часа.**

«Образовательная карта». Высшие учебные заведения на территории Москвы и ХМАО. Среднетехнические факультеты и профессиональные училища. Рыночные отношения в сфере труда. Рынок рабочих и учебных мест. Работодатели на территории ХМАО.

**Тема 26. Рынок труда. Встреча с представителями Центра занятости.**

**2 часа.**

Формирование предложения и спроса на современном рынке труда. Особенности формирования рынка труда. Требования работодателей к соискателям работы.

**Тема 27-28 . Анализ профессии (практическая работа). 4 часа.**

Особенности формирования рынка труда. Требования работодателей к соискателям работы. Практические задания. Работа с интересующей информацией на профориентационных сайтах.

**Тема 29. Подведение итогов раздела. 2 часа.**

**Раздел 4. Профориентация: от сбора информации до выбора профессии.**

**Тема 30-31. «Лестница карьеры». 4 часа.**

Планирование карьеры. Варианты карьеры. Построение цели. Ранжирование собственных качеств. Этапы и цели карьеры.

**Тема 32. Резюме. Навыки самопрезентации. 2 часа.**

Понятия резюме и автобиография, различия и сходство. Требования, предъявляемые к резюме. Рассмотрение вариантов. Создание собственного резюме.

**Тема 33. Профориентационная игра «Работодатель». 2 часа.**

Практические задания на развитие навыков самопрезентации в профессиональной сфере. Анализ трудностей и достижений по результатам выполнения заданий. Обмен личным опытом, чувствами и впечатлениями.

**Тема 34. Практическая работа: составление резюме. 2 часа.**

Отличительные особенности заявления о приеме на работу, автобиографии и резюме. Типы резюме. План, структура и цели резюме. Требования к резюме. Составление собственного резюме.

**Тема 35. Подведение итогов раздела. 2 часа.**

**Учебно-тематический план**

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Форма проведения	Дата проведения
<b>Раздел 1. Человеческие возможности при выборе профессии. Диагностический блок - 30 ч.</b>				
1	Вводное занятие. Основы профессионального самоопределения.	2	Лекция	
2	Темперамент и выбор профессии. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.	2	Лекция-практикум	
3	Интересы и выбор профессии.	2	Лекция-практикум	
4	Склонности и профессиональная направленность. Профессиональный тип личности.	2	Лекция-практикум	
5	Чувства и эмоции.	2	Лекция-практикум	
6	Познавательные способности при выборе профессии: диагностика интеллектуальной сферы.	2	Лекция-практикум	
7	Общее представление о психических процессах: память, внимание.	2	Лекция-практикум	
8	Мышление. Особенности интеллектуальной сферы.	2	Лекция-практикум	
9	Способности и профессиональная пригодность.	2	Лекция-практикум	
10	Профессия и здоровье.	2	Лекция-практикум	
11	Человек среди людей.	2	Лекция-практикум	
12	Тайм-менеджмент для жизни и профессии.	2	Лекция-	

			практикум	
13	Практическая работа. Карта-план «Образовательный маршрут».	2	Практикум	
14	Подведение итогов раздела.	2	Тест	
15	Подведение итогов раздела.	2	Тест	
<b>Раздел 2. Основные подходы к индивидуальному выбору профессии – 18 ч.</b>				
15	Мотивы и потребности.	2	Лекция-практикум	
16	Основы выбора.	2	Лекция-практикум	
17	Классификация профессий.	2	Лекция-практикум	
18	Составление формулы профессии, анализ профессии.	2	Лекция-практикум	
19	Формы получения профессионального образования.	2	Лекция-практикум	
20	Профильное обучение, классификация профилей.	2	Лекция-практикум	
21	Практическая работа «Мой профиль».	2	Лекция-практикум	
22	Диагностическая работа на определение подходящего профиля по методике «Эрудит»	2	Лекция-практикум	
23	Знакомство с основными профилями: общая классификация. Профили школы.	2	Лекция-практикум	
<b>Раздел 3. Профессиональные маршруты – 12 ч.</b>				
24	Рынок образовательных услуг в городе Пыть-Ях.	2	Лекция-практикум	
25	Рынок образовательных услуг в России.	2	Лекция-практикум	
26	Рынок труда. Встреча с представителями Центра занятости.	2	Лекция-практикум	
27	Анализ профессии (практическая работа в Интернет).	2	Лекция-практикум	
28	Анализ профессии (практическая работа в Интернет).	2	Лекция-практикум	
29	Подведение итогов раздела.	2	Лекция-практикум	
<b>Раздел 4. Профорientация: от сбора информации до выбора профессии – 8 ч.</b>				
32	Резюме. Портфолио. Навыки самопрезентации.	2	Лекция-практикум	



33	Профориентационная игра «Работодатель».	2	Лекция-практикум	
34	Практическая работа. Составление резюме.	2	Практикум	
35	Подведение итогов раздела.	2	Тест	
<b>ИТОГО:</b>		<b>68 час</b>		

### **Список использованной литературы.**

1. Дик Н.Ф. Профильные классные часы в 10 - 11 классах. Ростов-на-Дону: издательство «Феникс», 2012 г.

2. Зуева Ф.А. Предпрофильная подготовка (учебное пособие для учащихся 9 классов). Челябинск: издательство «Взгляд», 2014 г.

3. Савченко М.Ю. Профориентация (сценарии занятий, тренинги для учащихся 9-11 классов). Москва: издательство «Вако», 2012 г.

4. Столяренко Л.Д. Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях. Ростов-на-Дону: издательство «Феникс», 2012 г.

5. Голуб, Г. Б., Предпрофильная подготовка учащихся: Рекомендации по организации и проведению / Под ред. проф. Е. Я. Когана. – Самара: Издательство «Учебная литература», Издательский дом «Фдоров», 2006. – 160 с.

6. Зуева, Ф. А., Предпрофильное и профильное образование учащихся: основные подходы: метод. пособие / Ф. А. Зуева. – Челябинск: Взгляд, 2006. – 143 с.

7. Твоя профессиональная карьера: методика: кн. для учителя / С. Н. Чистякова, И. А. Умовская, Т. И. Шалавина, А. И. Цуканов; под ред. С. Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2006. – 160 с.

**Электронные ресурсы: [www.moeobrazovanie.ru](http://www.moeobrazovanie.ru) Профориентация школьников. Уроки по профориентации.**

1. Урок по профориентации; Автор: Алла Якимова; «Экскурс в профессию»

2. Классный час; Автор: Алла Якимова ; «Экскурс в профессию»

3. Профориентационный урок "Экскурс в мир профессий" Фестиваль профессий, 8 класс; Автор: Лариса Шустрова; Форма проведения: фестиваль профессий.