

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Великоустюгский муниципальный округ

МБОУ «СОШ № 9»

РАССМОТРЕНО
МЕТОДИЧЕСКИМ
СОВЕТОМ
Протокол №1
от «30» августа 2023

СОГЛАСОВАНО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ
СОВЕТОМ
Протокол №1
от «30» августа 2023

УТВЕРЖДЕНО
Директор
МБОУ «СОШ № 9»
Малиновская Е.В.
Приказ № 96-ОД
от «30» августа 2023



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Профориентация»**

Для 5 класса
Среднего общего образования
На 2023-2024 учебный год

Составители:

Савинская София Александровна, педагог-психолог.

Великий Устюг
2023

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности “Профессиональная ориентация” разработана для обучающихся 5 классов в соответствии с требованиями ФГОС ООО.

На современном этапе определены основные требования к общеобразовательной школе. Это развитие индивидуальных способностей учащихся, расширение дифференцированного обучения в соответствии с их запросами и склонностями, развитие сети специализированных школ и классов с углубленным изучением различных предметов, обеспечение соответствия уровня среднего образования требованиям научно-технического прогресса. Реализация современных требований, предъявляемых к общеобразовательной школе, значительно активизировала разработку научных и практических проблем профориентации. Можно выделить ряд направлений, способствующих решению практических вопросов профессионального самоопределения подрастающего поколения. К ним относятся: система профориентации, вооружающая школьников необходимыми знаниями для ориентации в мире профессий, умениями объективно оценивать свои индивидуальные особенности, диагностические методики изучения личности школьников в целях оказания индивидуальной помощи в выборе профессии, теоретические и методические основы проф. консультации, общественно-значимые мотивы выбора профессии.

Однако профориентация в современных условиях всё ещё не достигает своих главных целей – формирования у учащихся профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным особенностям каждой личности и запросам общества в кадрах, его требованиям к современному труженику. Существуют социально – экономические противоречия: между возросшими требованиями к современному специалисту и действующими формами, и методами, сложившимися на основе представлений об экстенсивных путях развития народного хозяйства, его кадрового обеспечения; профессиональными планами молодежи и экономической

необходимостью народного хозяйства заполнить вакантные рабочие места с тяжелым физическим трудом.

В настоящее время поиск новых подходов в области профориентационной работы обусловлен спецификой сложившейся в стране ситуации. Рыночные отношения оказали свое определяющее воздействие и на школу. Школа как государственный институт выполняет предъявленный ей заказ. Если раньше государство было единственным заказчиком образовательных услуг и рынка труда, то на современном этапе развития появилось значительное количество других весомых и влиятельных заказчиков (родители, учебные заведения профессионального образования, представители общественных организаций, производства, экономики, бизнеса и др.) Компетентность специалиста сегодня предполагает, помимо собственно профессиональной технологической подготовки, ряд других компонентов (базисных квалификаций), имеющих в основном внепрофессиональный или надпрофессиональный характер, но в то же время необходимых каждому специалисту. Это самостоятельность, творческий подход к любому делу, умение постоянно учиться и обновлять свои знания, владение «сквозными» умениями: работа на компьютере, пользование базами и банком данных, понимание экономики бизнеса и др. Необходимо учитывать, что на смену монопрофессионализму приходит полипрофессионализм, поэтому нужно быть готовым к тому, что знаний и умений, полученных за период обучения в молодости, не хватит на всю трудовую жизнь. В современных условиях, бесспорно, требуется повышение качества образования школьников и его важнейшей составляющей – подготовки к социально – профессиональному самоопределению на новой качественной основе.

Система профориентации является подсистемой общей системы трудовой подготовки школьников, непрерывного образования и воспитания, цель которых – всестороннее развитие личности, гармоническое раскрытие всех творческих сил и способностей, формирование духовной культуры

подростающего поколения. Она реализуется решением комплекса вышеназванных задач, обеспечивающих профессиональное самоопределение учащихся. Профориентация, являясь целостной системой, состоит из взаимосвязанных подсистем (компонентов), объединенных общностью целей, задачи единством функций.

Процесс профессионального самоопределения обусловлен расширением и углублением творческой, общественно–значимой (трудовой, познавательной, игровой, коммуникативной) деятельности учащихся, формированием нравственной, эстетической и экологической культуры. Система профориентации выполняет диагностическую, обучающую, формирующую и развивающую функции.

Профориентация является непрерывным процессом и осуществляется целенаправленно на всех возрастных этапах. Профессиональное самоопределение рассматривается как важная часть социализации.

Успешное профессиональное самоопределение возможно при следующих условиях:

- сформированность мотивационно-потребностной сферы личности, наличие развитых интересов, склонностей и способностей,
- достаточный уровень самосознания выпускника школы;
- ориентированность выпускника в поле возможностей профессионального выбора в условиях реального и потенциального рынка труда и образования.

Следовательно, профессиональная ориентация учащихся – это действительно актуальная, серьезная проблема, которую необходимо решать совместными усилиями всех участников образовательного процесса.

Цель программы: создание условий для формирования психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

Основные задачи курса:

- воспитание психологической культуры учащихся школы;

- формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;
- формирование практических психологических умений;
- формирование личностной рефлексии ребенка: умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы;
- развитие умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность;
- формирование потребности в самоизменении и личностном росте;
- формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Ожидаемые результаты прохождения курса - приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни:

- участие в различных видах игровой, изобразительной, творческой деятельности;
- расширение кругозора о мире профессий;
- заинтересованность в развитии своих способностей;
- участие в обсуждении и выражение своего отношения к изучаемой профессии;
- возможность попробовать свои силы в различных областях коллективной деятельности;

- способность добывать новую информацию из различных источников.

Личностные результаты включают в себя:

- формулировать самому простые правила поведения в обществе; уважать любые профессии;
- действие нравственно-эстетического оценивания (что такое хорошо, что такое плохо);
- формирование личностного отношения к миру профессий, умения по описанию определить профессию;
- формирование желаний выполнять действия;
- использование фантазии, воображения при выполнении задания;
- формирование умения называть различные предметы, характеризующие принадлежность к какой-либо профессии;
- проявлять уважительное отношение к любому труду.

Метапредметные результаты включают в себя:

Регулятивные:

- принимать и сохранять поставленную задачу; учитывать выделенные ориентиры действия в новом материале;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей; различать способ и результат действия.

Познавательные:

- предполагать, какая информация нужна;
- сопоставлять и отбирать информацию, полученную из различных источников (словари, энциклопедии, справочники, электронные диски, сеть Интернет);
- выстраивать логическую цепь рассуждений;

-представлять информацию в виде таблиц, схем, опорного конспекта, в том числе, с применением средств ИКТ.

Коммуникативные:

-организовывать самостоятельную индивидуальную работу, взаимодействие в паре (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);

-предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений;

-оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;

-при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее, учиться подтверждать аргументы фактами;

-слушать других, пытаться принимать другую точку зрения, быть готовым изменить свою точку зрения.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Формы организации занятий:

- беседы
- экскурсии
- сюжетно-ролевые игры
- элементы занимательности и состязательности
- конкурсы
- индивидуальная диагностика

Место курса внеурочной деятельности

На профориентацию в 5 классах отводится 0,5 часа в неделю. Соответственно тематическое планирование рассчитано на 17 часов

Содержание программы

5 класс, 17 часов

1. Введение. Мои личные профессиональные планы. (1 час). Мини-игры. Обсуждение, кто кем хочет стать. Рисунок «Я в будущем». Изучение стереотипов «труженик», «лентяй-дурак», «бездарности»

2. Интересы и склонности в выборе профессии. Знакомство, что такое интересы и склонности при помощи презентации. Составление и заполнение карты интересов. Выявление особенностей детей (1 час).

3. Знакомство с профессиями. Викторина «Острова профессий». Знакомство с различными профессиями благодаря просмотру презентации. (1 час)

4. Классификация профессий по Климову. Диагностика на вопросник Климова. (1 час). Типы профессий (построение таблицы): Ч-Ч, Ч-Т, Ч-П, Ч-ХО, Ч-Э.

5. Правила выбора профессии. Ошибки и затруднения при выборе профессии. Просмотр видеоролика. Выполнение заданий, совместное обсуждение. Составление памятки «Не допустим ошибок при выборе профессии!». (1 час).

6. Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода. Представление обучающихся доклада своим одноклассникам о профессиях своих родственников (1 час).

7. В каких учебных заведениях можно получить профессию? Презентация и видеоролики (1 час).

8. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Схема выбора профессии. Знакомство с секретами выбора профессии. Просмотр видеофрагмента (1 час).

9. Как готовить себя к будущей профессии? Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия» (1 час)

10. Исследование «Необычная творческая профессия». Работа в группе. При помощи дополнительных источников каждая группа представляет рассказ о менее известной творческой профессии (1 час)..

11. Сочинение «... - это призвание!» Проявление фантазии и мышления у обучающихся, при помощи написания сочинения (1 час).

12. Встреча с интересной личностью. Приглашение и беседа с определенным человеком. 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.

(1 час)

13. Великие личности нашей страны и путь их становления. Рассказ о известных личностях нашего города при помощи презентации(1 час)

14. Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...» Проявление фантазии и мышления у обучающихся, при помощи написания сочинения (1 час)

15. Экскурсия на предприятия нашего города. Знакомство учащихся с профессией. Аналитическая беседа по окончанию экскурсии. (1 час)

16. Подготовка к пресс конференции. «Представим, что я...» (1 час)

17. Итоговая пресс-конференция «Мир профессий» (1 час)

Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение. Мои личные профессиональные планы.	1
2	Рисунок «Я в будущем»	1
3-5	Интересы и склонности в выборе профессии.	3
6-7	Знакомство с профессиями.	2
8	Викторина «острова профессий»	1

9	«Профессия. Специальность. Должность»	1
10	Классификация профессий по Климову.	1
11	Диагностика на вопросник Климова.	1
12	«Темперамент и профессия»	1
13	«Характер и сила воли»	1
14	Правила выбора профессии.	1
15	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	1
16-17	Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода.	2
18-19	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	2
20	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»).	1
21	Как готовить себя к будущей профессии?	1
22	Сочинение – рассуждение « Самая нужная профессия».	1
23-24	Исследование « Необычная творческая профессия».	2
25	Сочинение « ... - это призвание!»	1
26	Встреча с интересной личностью.	1
27-28	Великие личности нашей страны и путь их становления.	2
29	Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»	1
30	Экскурсия на предприятия нашего города.	1
31-32	Подготовка к пресс конференции. «Представим, что я...»	2
33	Итоговая пресс-конференция «Мир профессий»	1
34	«КВН «В мире профессий»»	1

6 класс, 34 часа

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.

2. Учеба - твой главный труд. (1 час)

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

3. Человеческие возможности (1 час)

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

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?»).

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!».

6. Волевые качества личности (2 часа).

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

7. «Узнаю, думаю, выбираю» (1 час)

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

8. Беседы о конкретных профессиях (2 часа)

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.

9. Классификация профессий (1 час).

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

10. Профессия и современность (2 час)

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

11. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей (3 часа) Встречи с родителями. Интервью. Анкетирование.

12. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? (1 час) Проведение викторины на знание и выбор профессии. Составление синквейна учащимися на тему «Моя любимая профессия».

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

14. Темперамент и выбор профессии (1 час)

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.

15. 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».

16. Дело твоей жизни (2 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...».

17. Профессиональный тип личности (1 час)

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

18. Ошибки при выборе профессии (1 час)

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

19. Человек среди людей (2 часа)

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».

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

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

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

22. Творческий урок (1 час)

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

23. Практическая работа (2 час)

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

6 класс

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение. Знакомство.	1
2	Трудом славен человек.	1
3	Учеба твой главный труд	1
4	Человеческие возможности	1
5-6	Способности к запоминанию	2
7-8	Способность быть внимательным	2
9-10	Волевые качества личности	2
11	«Узнаю, думаю, выбираю» Практическая работа «Визитка»	1
12-13	Беседы о конкретных профессиях	2
14	Классификация профессий	1
15-16	Профессия и современность	2
17-19	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей	2
20	Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?	1
21-22	Интересы и выбор профессии «Кто я и что я думаю о себе»	2
23	Темперамент и выбор профессии	1
24-25	Здоровье и выбор профессии	2
26-27	Дело твоей жизни.	2
28	Профессиональный тип личности	1
29	Ошибки при выборе профессии.	1
30	Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (игра- викторина)	1
31	Природа – это наши корни, начало нашей жизни (экологическая игра)	1
32	Творческий урок (разработка проектов «Моя будущая профессия»)	1
33-34	Практическая работа (презентация и защита индивидуальных проектов)	2

	«Моя будущая профессия»)	
--	--------------------------	--

7 класс, 34 часа

1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека. (2 часа). Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”.

2. Мир профессий. (2 часа) Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность. Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика “Матрица профессий”.

3. Пути получения профессии. (1 час)

4. Свойства нервной системы и темперамент. (2 час) 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.

5. Память. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания. **Внимание.** 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. Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития.

6. **Эмоциональное состояние личности.** (1 час) 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”.

7. **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.

8. **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.

9. **Мотивы и основные условия выбора профессии.** (1 час) “Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

10. **Перспективы профессионального старта.** (1 час) Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).

11. **Составление плана профессионального самоопределения.** (1 час) Алгоритм принятия решения

12. **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.

13. **Подготовка к будущей карьере.** (1 час) Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.

14. Итоговое занятие “Перелистывая страницы”. (1 час)

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

**Тематическое планирование
7 класс**

№ п/п	Тема	Кол-во час
1-2	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека	2
3	Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии.	1
4	Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”.	1
5-6	Мир профессий. Знакомство с профессиограммами	2
7	Пути получения профессии.	1
8-9	Свойства нервной системы и темперамент.	2
10	Теппинг тест – определение свойств нервной системы, работоспособности; опросник типа темперамента Г.Айзенка.	1
11	Память. Внимание. Мышление	1
12	“Тест Э.Ландольта”.	1
13	Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития.	1
14	Эмоциональное состояние личности. Саморегуляция.	1
15	Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности по методике Ч.Д.Спилбергер “Шкала самооценки”.	1
16-17	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	2
18	Первый шаг на пути к профессии	1

19	Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.	1
20	Современный рынок труда и его требования	1
21	Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека.	1
22	Мотивы и основные условия выбора профессии	1
23	“Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость	1
24	Перспективы профессионального старта.	1
25	Как правильно составить резюме	1
26	Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).	1
27-28	Составление плана профессионального самоопределения	2
29	Построение образа профессионального будущего.	1
30	Как получить хорошую работу в современной России.	1
31	Подготовка к будущей карьере.	1
32	Психологический портрет личности.	1
33	Ролевая игра “Встреча через 10 лет	1
34	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.	1