

**МБОУ «Цвиллингская СОШ»**

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа социально-гуманитарной направленности  
«Я в мире профессий»**

**Возраст обучающихся: 12-17 лет**

**Срок реализации: 2 года**

**Составитель: Жакупова Сауле Оспановна,  
учитель дополнительного образования**

**Цвиллинга, 2022 г.**

## Планируемые результаты обучения

### Личностные результаты:

потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;

в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;

принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;

способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;

умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе клуба и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;

формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы

- непрерывное духовно-нравственное развитие, реализация творческого потенциала в социально ориентированной, общественно-полезной деятельности на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания;

воспитание уважительного отношения к труду, интерес к профессиям, желание овладеть какой-либо профессиональной деятельностью;

формирование поведенческих навыков трудовой деятельности, ответственность, дисциплинированность, самостоятельность в труде.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Мир профессий» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### Регулятивные УУД

высказывать своё предположение (версию), работать по плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;

умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);

формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;

демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

#### Познавательные УУД

перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

преобразовывать информацию из одной формы в другую.

анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;

критическое оценивание содержания и форм современных текстов;

овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем

#### Коммуникативные УУД

доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи

умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;

приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;

умение находить общее решение и разрешать конфликты;

соблюдение норм публичной речи в процессе выступления. Предметные (на конец освоения курса):

Обучающиеся научатся:

владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;

использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально-значимых мероприятий.

Обучающиеся получают возможность научиться: готовить исследовательские работы

Воспитательные результаты:

Результаты (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение знаний об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе; о принятых в обществе нормах поведения и общения; развитие ценностного отношения подростков к труду об основах здорового образа жизни; о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации; о правилах проведения исследования; получение первоначального опыта самореализации; приобретение опыта исследовательской деятельности; опыт публичного выступления; опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности.

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

когнитивный (информирование о мире профессий, состоянии рынка труда, содержании той или иной трудовой деятельности, о профессиональных образовательных программах и учреждениях);

мотивационно-ценностный (формирование у школьников всей гаммы смыслообразующих и профессиональных ценностей);

деятельностно-практический (составление, уточнение, коррекция и реализация профессиональных планов).

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

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

Третий уровень результатов – получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественно полезного действия, формирование у подростка социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественно полезном действии

человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных профессиональных и социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

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

на первом уровне профориентация приближена к обучению, при этом предметом профориентирования как учения являются не столько теоретические знания, сколько знания о ценностях;

на втором уровне профориентация осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных профессионально ориентированных поступков;

на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в профессионально ориентированной, социально значимой деятельности и приобретения ими элементов опыта трудового творческого сотрудничества и общественно полезного труда.

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

### **Содержание программы**

#### **Первый год обучения**

- Тема 1. Введение. Знакомство. (1 час)
- Тема 2. Мои личные профессиональные планы. (1 час)
- Тема 3. Ценностные ориентации. (1 час)
- Тема 4. Самооценка и уровень притязаний. (1 час)
- Тема 5. Интересы и склонности в выборе профессии. (1 час)
- Тема 6. Классификация профессий по Климову. Ответаем на вопросник Климова. Типы профессий (построение таблицы): Ч-Ч, Ч-Т, Ч-П, Ч-ХО, Ч-Э. (1 час)
- Тема 7. Концепция индивидуальности Голланда. «Какой у вас характер?», «Шкала значимости эмоций», «Эмоциональная направленность личности», «Тип ригидности психологической установки», «Тест Голланда». (1 час).
- Тема 8. Правила выбора профессии. (1 час)
- Тема 9. Ошибки и затруднения при выборе профессии. (1 час)
- Тема 10. Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода. (2 час)
- Тема 11. Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым. (1 час).
- Тема 12. Что такое профессиограмма? (1 час)
- Тема 13. В каких учебных заведениях можно получить профессию? (1 час)
- Тема 14. На работу устраиваемся по правилам. (1 час)
- Тема 15. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо») (1 час)
- Тема 16. «Быть нужным людям...» (1 час)
- Тема 17. Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия» (2 час)
- Тема 18. Как готовить себя к будущей профессии? (1 час)
- Тема 19. Исследование «Необычная творческая профессия». (1 час)
- Тема 20. Сочинение «... - это призвание!» (2 час)
- Тема 21. Рабочие профессии. (1 час)
- Тема 22. Жизненно важная профессия. (1 час)
- Тема 23. Профессии, защищающая Родину и охраняющая общественный порядок. (2 час)
- Тема 24. Встреча с интересной личностью. (1 час)

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

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

Тема 27. Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...» (2 час)

Тема 28. Экскурсия на предприятия села. (1 час)

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

Тема 30. Трудом славен человек. 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 (1 час).

Тема 31. Учеба - твой главный труд.

Ознакомительная экскурсия по МБОУ «Цвиллингская СОШ» совместно с учителем, составление учащимися в группах памятки «Успешное обучение- мое стремление!». (1 час)

Тема 32. Человеческие возможности

Знакомство и просмотр фильма «Человеческие возможности». Аналитическая беседа с учащимися по увиденному материалу. (1 час)

Тема 33. Способности к запоминанию. 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?») (2 часа).

Тема 34. Способность быть внимательным. 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!». (2 часа).

Тема 35. Волевые качества личности. Волевые качества личности. Регулирующая функция воли. Опросник «Какая у меня воля?». Проведение дебатов: «Какими качествами должен обладать волевой человек?». (1 часа).

Тема 36. «Узнаю, думаю, выбираю». Практическая работа с методиками: «Визитка», «Тебе подходят профессии», «Узнай профессию». (1 час)

Тема 37. Беседы о конкретных профессиях. Беседа с библиотекарем и художественным руководителем ДК. 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. (2 часа)

Тема 38. Классификация профессий. Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Знакомство с профессиограммами. (1 час).

Тема 39. Профессия и современность. Экскурсия в ФАП. Знакомство учащихся с профессией врача. Аналитическая беседа по окончании экскурсии. (2 час)

Тема 40. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей. Встречи с родителями. Интервью. Анкетирование. (3 часа)

Тема 41. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? Проведение викторины на знание и выбор профессии. Составление синквейна учащимися на тему «Моя любимая профессия» (1 час)

Тема 42. Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?» Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов. Что такое склонности? Опросник Е. А. Климова. Составление совместно с учащимися примерной анкеты на выявление интересов школьников. Домашняя групповая работа учащихся – опрос обучающихся 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. (2 часа)

Тема 43. Темперамент и выбор профессии. От чего зависит выбор профессии? Что такое темперамент? Опросник. Знакомство с биографиями людей успешной карьеры: Гейтс Билл, Дисней Уолт, Шанель Коко, Федоров Святослав Николаевич. Выбор будущей профессиональной сферы. Известные люди региона. (1 час)

Тема 44. Здоровье и выбор профессии. Факторы здоровья при выборе профессии. Медицинские противопоказания при выборе профессии. «Анкета здоровья». (2 часа)

Тема 45. Дело твоей жизни. «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...». (2 часа)

Тема 46. Профессиональный тип личности. Определение своего профессионального типа личности. Тест «Профессиональный тип личности». (1 час)

Тема 47. Ошибки при выборе профессии. Просмотр видеоролика «Типичные ошибки». Аналитическая беседа с учащимися после просмотра. Составление памятки «Не допустим ошибок при выборе профессии!». (1 час)

Тема 48. Человек среди людей. 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». (2 часа)

Тема 49. Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают». Проведение игры-викторины «По одежке встречают, по уму провожают» (1 час)

Тема 50. Природа – это наши корни, начало нашей жизни. Проведение экологической игры совместно с учителем биологии. (1 час)

Тема 51. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека. Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”. (2 часа)

Тема 52. Мир профессий. Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность. Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика “Матрица профессий”. (2 часа)

Тема 53. Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума). Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”. Опросник ДДО Климова, Карта интересов. (2 часа)

Тема 54. Профессия типа “Человек – техника”. (1 час)

Тема 55. Профессия типа “Человек – природа”. (1 час)

Тема 56. Профессия типа “Человек – знаковая система”. (1 час)

Тема 57. Профессия типа “Человек – человек”. (1 час)

Тема 58. Профессия типа “Человек – художественный образ”. (1 час)

Тема 59. Пути получения профессии. Формы обучения. (1 час)

Тема 60. Кто я, или что я думаю о себе. Внутренний мир человека и возможности его самопознания. Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии. (2 час)

Тема 61. Свойства нервной системы и темперамент. История изучения темперамента: от Гипократа до Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Теппинг тест – определение свойств нервной системы, работоспособности; опросник типа темперамента Г. Айзенка. (2 час)

Тема 62. Память. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания. (3 час)

Тема 63. 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. (3 час)

Тема 64. Мышление. Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития. (3 час)

Тема 65. Эмоциональное состояние личности. 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”. (2 час)

Тема 66. Саморегуляция. Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе. (1 час)

Тема 67. Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры. Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике “КОС”. (1 час)

Тема 68. Первый шаг на пути к профессии. Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии. (2 час)

Тема 69. Современный рынок труда и его требования. Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование. (2 час)

Тема 70. Мотивы и основные условия выбора профессии. “Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость. (2 час)

Тема 71. Что требует профессия от меня? Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика “работа для вас”), “Центр занятости населения”. (1 час)

Тема 72. Перспективы профессионального старта. Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра). (1 час)

Тема 73. Составление плана профессионального самоопределения. Алгоритм принятия решения. (1 час)

Тема 74. Построение образа профессионального будущего. 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. (2 час)

Тема 75. Подготовка к будущей карьере. Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.(2 час)

Тема 76. «Практическая работа по самоанализу своих способностей». Структура выбора профессии. Результаты исследований учащегося. (2 час)

Тема 77. «Я – концепция или «теория самого себя». Упражнение «Комплимент». Беседа 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!» (1 час)

Тема 78. Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии». Анкета. Перечень типичных ошибок. Карточки с примерами ошибок в выборе профессии. (1 час)

Тема 79. «Интересы и выбор профессии». Структура мотивации по А.Маслоу. Понятийный аппарат. (1 час)

Тема 80. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию». Сообщение о психологическом процессе «память», его Ф.О., видах. Профессиограммы с указанием требований к памяти. Упражнения на развитие внимания. Упражнения на развитие памяти. (1 час)

Тема 81. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями». Схема видов мышления человека. Перечень профессий, предъявляющий высокие требования к образному мышлению человека. Упражнения на развитие образного мышления. (1 час)

Тема 82. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности». Понятие «барьеры», «гибкость мышления». Упражнения на преодоление барьеров в познавательной деятельности. (1 час)

Тема 83. «Человек среди людей. Способность к коммуникации». Материалы книги А. Пиза «Язык телодвижений». (1 час)

Тема 84. Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС. Тест «Изучение коммуникативных и организаторских способностей (КОС)». (2 час)

Тема 85. Деловая игра «Кадровый вопрос». Сценарий игры «Кадровый вопрос». (2 час)

Тема 86. «Стратегия выбора профессии». Упражнение «Стратегический жизненный анализ». Упражнение «Оперативный жизненный анализ». Упражнение «Тактический жизненный анализ». Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья. Профессиональные маршруты. (1 час)

Тема 87. Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация». (2 часа)

Тема 88. Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов». (2 часа)

Тема 89. Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра. (2 часа)

Тема 90. Лестница карьеры. Беседа о понятии «карьеря». Схема видов карьерного роста. Варианты плана карьеры. (1 час)

Тема 91. Навыки самопрезентации. (2 часа)

Тема 92. Резюме. Схема написания резюме. Варианты резюме. Практическая работа по написанию резюме. (2 часа)

Тема 93. Тренинг «Перекресток». Профконсультирование. (1 час)

Тема 94. О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения. (1 час).

Тема 95. Творческий урок. Совместная разработка плана проекта «Моя будущая профессия». Обсуждение в группах наиболее успешного плана и возможности его реализации. (1 час)

Тема 96. Практическая работа. Презентация проектов учащимися «Моя будущая профессия». Дискуссия между ними по разработанным проектам. (1 час)

## **Второй год обучения**

Тема 1. Введение в курс «Профориентация». Понятие «профессия». О чём люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь Примеры профессиональных судеб известных учёных, писателей, изобретателей, артистов. Развилки на профессиональном пути

Особенности современного рынка труда страны и региона. Профессии прошлого, настоящего, будущего. Профессии членов семей школьников и педагогических работников школы. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Первый выбор, связанный с будущей профессией, который делает школьник после



получения аттестата об основном общем образовании. Собственный ранжированный список предпочитаемых профессий: первая версия. (10 часов).

Тема 2. Универсальные навыки. Вербальная и невербальная коммуникация и их роль в профессиональной жизни человека. Устная и письменная речь. Нужно ли профессионалу быть грамотным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие. Невербальные средства общения. Жесты, мимика, телодвижения как источник информации о человеке (например, для потенциального работодателя). Влияние интонации на слушателя. Эффективная коммуникация. Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета. Составление перечня профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным.

Понимание как основа взаимоотношений между людьми. Умение поставить себя на место другого человека. Эмпатия как способность человека осознанно сопереживать эмоциональному состоянию других людей. Перечень профессий, для представителей которых важно обладать эмпатией. О чём говорят поступки человека. Личная страница в соцсетях как возможность понять других людей.

Что такое «личное пространство человека». Значение личного пространства для самочувствия, настроения, работоспособности человека. Почему нас раздражает переполненный транспорт или давка в очереди. Дистанции в общении. Нарушение личных границ. Способы сохранения личных границ в личной и профессиональной сфере.

Чем опасен конфликт в профессиональной жизни человека? Польза конфликта. Нужно ли и как избегать конфликтных ситуаций? Конфликт как стимул к дальнейшему развитию. Конструктивный и деструктивный путь развития конфликта.

«Я-высказывания» против «ты-высказываний». Способы взаимодействия в конфликте. Ролевые игры, помогающие получить навык разрешения конфликта. «Конфликтостойкие» профессии. Влияние профессии на здоровье человека. Профессиональные риски, возникающие не только в травмоопасном производстве. Риски возникновения заболеваний, связанных с профессией. Способы профилактики. (28 часов)

Тема 3. Какой Я? Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе развития. Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Игры, развивающие внимание, память, логику, абстрактное и критическое мышление. Правила командных игр. Профессии, требующие максимальной концентрации внимания.

Способность к самопознанию как особенность человека. Возникновение лженаук астрологии и нумерологии как ответ на запрос человека о познании себя. Способы получения знаний о себе. «Я» в зеркале «другого». Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения. Профессии «психолог» и «психотерапевт». Шуточные и серьёзные психологические и профориентационные тесты. О точности их результатов. Экстремальные ситуации и «экстремальные» профессии.

Какое впечатление мы производим на людей и какое впечатление люди производят на нас. Внешняя красота и внутренняя. Проблема неравенства при приёме на работу.

Кому и когда важно презентовать себя. На что обращают внимание при первом знакомстве во время приёма на работу. Язык тела. Грамотная речь как ресурс человека. Создание собственного стиля и уместность его демонстрации при приёме на работу. Резюме — что это такое и как его составить. (24 часа)

Тема 4. Образовательная траектория. Ошибки, которые мы совершаем в жизни. Причины ошибок. Ошибка в выборе профессии и её последствия. Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профессии. Пути исправления ошибок.

Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере. Примеры траекторий становления известных людей мира, страны, региона.

Большая профориентационная игра как способ конструирования школьником собственного образовательного и профессионального маршрута. Этапы проведения игры. Цели и задачи игры. (16 часов)

Тема 5. Профессиональные возможности нашего региона. Обзор учреждений среднего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл, направления подготовки, бюджетные, внебюджетные и целевые места, возможности трудоустройства после окончания. Встреча с приглашённым в школу студентом колледжа, куда часто поступают выпускники 9 класса школы. Судьбы выпускников школы, окончивших колледжи региона.

Знакомство с условиями поступления и обучения в колледже, беседы, интервью.

Обзор учреждений высшего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл прошлого года на разные факультеты, направления подготовки, возможности трудоустройства после окончания вуза. Встреча с представителями вузов, куда часто поступают выпускники 11 класса школы. Судьбы выпускников школы, окончивших вузы региона в разные годы. Поиск нужной информации на сайтах вузов.

Обзор ведущих предприятий региона. Профессиональные судьбы людей региона. Потребность региона в кадрах, динамика роста заработной платы в регионе, социальные гарантии, перспективы карьерного роста и повышения квалификации в своём регионе и в соседних регионах.

Профессиональные, предметные конкурсы и олимпиады, их роль в поступлении в вуз или колледж, их роль в профессиональном самоопределении.

Гранты и проекты региона и страны, которые могут быть интересны школьнику и которые могут помочь в запуске собственного стартапа. (28 часов)

Тема 6. Проба профессии. Окончание 9 класса и первый профессиональный выбор школьника. Что и кто влияет на выбор дальнейшего образовательного и профессионального пути. Значение ОГЭ для будущей профессиональной карьеры. «Примерка» профессий. Профессиональная проба — что это такое.

Профессиональная проба «Интервью». Основные направления деятельности журналиста. Жанры в журналистике. Профессиональные качества и этика журналиста. Особенности работы в периодической печати, особенности новостной информации и её виды. Поиск информации и особенности работы корреспондента. Российский закон о праве на частную жизнь. Жанр интервью. Типы интервью: о событии, о личности, о мнении. Подготовка и проведение интервью, обработка информации и подготовка к публикации, комментарии.

Профессиональная проба «Фитодизайн». Фитодизайн и взаимосвязь между здоровьем человека и растением. Цели и задачи фитодизайна. Характеристика основных типов интерьера. Температурно-влажностный режим. Краткая характеристика видового состава тропических и субтропических растений в основных типах интерьеров. Биологическая совместимость растений. Художественно-эстетическое равновесие композиций из растений. Группа профессий, связанных с фитодизайном.

Профессиональная проба «Экспозиционер». Основные сведения о сфере профессиональной деятельности экспозиционера. Музейная экспозиция как основная форма музейной коммуникации. Профессионально важные качества, необходимые для музееведческой сферы деятельности. Знания в области музееведения, культурологии и истории искусства, способы их приобретения. Группа профессий, связанных с музееведением.

Итоги изучения курса. Основные эмоции, знания, выводы, сомнения, открытия. Список предпочитаемых профессий. (30 часов)

**Тематическое планирование  
Первый год обучения**

№ п/п	Тема	Все го часов	Тео рия	Пра ктика
1	Введение. Знакомство.	1	1	
2	Мои личные профессиональные планы.	1	0,5	0,5
3	Ценностные ориентации (встреча с педагогом ветераном).	1	0,5	0,5
4	Самооценка и уровень притязаний.	1	0,5	0,5
5	Интересы и склонности в выборе профессии.	1		1
6	Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова (экскурсия в магазины).	1		1
7	Концепция индивидуальности Голланда.	1		1
8	Правила выбора профессии (встреча с выпускниками школы)	1	0,5	0,5
9	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	1	1	
10	Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода. (Брейн-ринг)	2		2
11	Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым	1	1	
12	Что такое профессиограмма?	1	0,5	0,5
13	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1		1
14	На работу устраиваемся по правилам.	1	0,5	0,5
15	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»).	1	1	
16	«Быть нужным людям...»	1	0,5	0,5
17	Сочинение–рассуждение «Самая нужная профессия».	2		2
18	Как готовить себя к будущей профессии?	1		1
19	Исследование «Необычная творческая профессия».	1		1
20	Сочинение «...-это призвание!»	2		2
21	Рабочие профессии (встреча с выпускниками школы)	1	0,5	0,5
22	Жизненно важная профессия.	1	1	
23	Профессии, защищающие Родину и охраняющие общественный порядок (встреча с воинами пограничной заставы, с участковым инспектором)	2	1	1
24	Встреча с интересной личностью.	1		1
25	Великие личности нашей страны и путь их становления.	1	1	

2 6	«Мои родители хотят, чтобы я был похож на... и работал.....»	1		1
2 7	Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»	2	1	1
2 8	Экскурсия на предприятие села	1		1
2 9	Отчет о посещении предприятий.	1	1	
3 0	Трудом славен человек (занятие-игра)	1	0,5	0,5
3 1	Учебная роль и труд	1	0,5	0,5
3 2	Человеческие возможности	1	0,5	0,5
3 3	Способности к запоминанию (игры на запоминание)	2	1	1
3 4	Способность быть внимательным (игры на внимание)	2	1	1
3 5	Волевые качества личности	1	1	
3 6	«Узнаю, думаю, выбираю» Практическая работа «Визитка»	1		1
3 7	Беседы о конкретных профессиях	2	1	1
3 8	Классификация профессий	1	0,5	0,5
3 9	Профессии и современность	2	1	1
4 0	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей	3	1	2
4 1	Всеработы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?	1		1
4 2	Интересы и выбор профессии «Кто я и что я думаю о себе»	2	1	1
4 3	Темперамент и выбор профессии	1	0,5	0,5
4 4	Здоровье и выбор профессии	2	1	1
4 5	Дел твоих родителей.	2	1	1
4 6	Профессиональный тип личности	1	1	
4 7	Ошибки при выборе профессии.	1	0,5	0,5
4 8	Человек среди людей	2	1	1
4 9	Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (игра-викторина)	1		1
5 0	Природа – это наши корни, начало нашей жизни (экологическая игра)	1		1
5 1	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	2	1	1
5 2	Мир профессий.	2	1	1

5 3	Знакомство с профессиями	2	1	1
5 4	Профессия типа "Человек-техника".	1		1
5 5	Профессия типа "Человек-природа".	1		1
5 6	Профессия типа "Человек-знаковая система".	1		1
5 7	Профессия типа "Человек-человек".	1		1
5 8	Профессия типа "Человек-художественный образ".	1		1
5 9	Пути получения профессии. Формы обучения.	1	1	
6 0	Кто я, или кто я думаю о себе.	2	1	1
6 1	Свойства нервной системы и темперамент.	2	1	1
6 2	Память.	3	2	1
6 3	Внимание.	3	2	1
6 4	Мышление	3	2	1
6 5	Эмоциональное состояние личности.	2	1	1
6 6	Саморегуляция.	1		1
6 7	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	1		1
6 8	Первый шаг на пути к профессии.	2	1	1
6 9	Современный рынок труда и его требования.	2	1	1
7 0	Мотивы и основные условия выбора профессии.	2	1	1
7 1	Что требует профессия от меня?	1		1
7 2	Перспективы профессионального старта.	1	1	
7 3	Составление плана профессионального самоопределения.	1		1
7 4	Построение образа профессионального будущего.	2	1	1
7 5	Подготовка к будущей карьере.	2	1	1
7 6	Практическая работа по самоанализу своих способностей	2		2
7 7	Я – концепция или «теория самого себя»	1	1	
7 8	Ошибки в выборе профессии	1		1
7 9	Интересы в выборе профессии	1	1	
8	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть	1	1	

0	внимательным. Способности к запоминанию».			
8 1	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями	1		1
8 2	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способности интеллектуальной деятельности	1		
8 3	Человек среди людей. Способность к коммуникации	1	1	
8 4	Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС	2	1	1
8 5	Деловая игра «Кадровый вопрос»	2		
8 6	Стратегия выбора профессии	1		
8 7	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация»	2	1	
8 8	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов».	2	1	1
8 9	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра	2	1	1
9 0	Лестница карьеры	1	1	
9 1	Навыки самопрезентации	2	1	1
9 2	Резюме	1	1	
9 3	Практическая работа по написанию резюме	1		1
9 4	Тренинг «Перекресток»	1	1	
9 5	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения	1		
9 6	Творческий урок.	1	0,5	0,5
9 7	Практическая работа	1		
9 8	Итого	136	58,5	77,5

### Второй год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
	<b>1. Введение в курс «Проориентация»</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
1	Начало пути к выбору профессии	4	2	2
2	Мои сегодняшние профессиональные предпочтения	4	2	2

3	Что важно для человека любой профессии	2	1	1
	<b>2. Универсальные навыки</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
1	Коммуникация	6	3	3
2	Я тебя понимаю	6	3	3
3	Моё личное пространство	4	2	2
4	Конфликтнегативныеэмоции	6	3	3
5	Профессиональные риски, или Кто подумает о здоровье профессионала	6	3	3
	<b>3. Какой Я?</b>	<b>24</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
1	Темперамент Память Внимание Особенности мышления	6	3	3
2	Как узнать, какой я на самом деле	6	3	3
3	Секреты восприятия	6	3	3
4	Первый опыт самопрезентации	6	3	3
	<b>4. Образовательная траектория</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
1	Ошибки,которыемысовершаем	6	3	3
2	Ячерез5,10,20,50лет	6	3	3
3	Большаяпрофориентационнаяигра	4	2	2
	<b>5. Профессиональные возможности нашего региона</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>14</b>
1	Учреждениясреднегопрофессионального образованиянашегорегиона	4	2	2
2	Виртуальная экскурсиявколледж	4	2	2
3	Учреждениявысшегопрофессионального образованиянашегорегиона	6	3	3
4	Промышленные,научные,сельскохозяйственныепредприятияр егиона	4	2	2
5	Экскурсиянапроизводство	6	3	3
6	Самсебестартап	4	2	2
	<b>6. Проба профессии</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>15</b>
1	Как«примерить»профессию	4	2	2
2	Профессиональнаяпроба«Интервью»	8	4	4
3	Профессиональнаяпроба«Фитоди-зайн»	8	4	4
4	Профессиональнаяпроба«Экспозици-онер»	8	4	4
5	Подводяитоги	2	1	1
	Итого	13 6	68	68

