

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №14» г. Назарово Красноярского края»

«Утверждаю»

Приказ № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

Директор МБОУ «СОШ №14»

\_\_\_\_\_ В.Ф. Цветцых

**Программа внеурочной деятельности**  
**«Подготовка к профессиональному самоопределению»**

на 2021 -2022 учебный год

для обучающихся 8а, 8б классов

(составлена на основе программы учебного курса «Психология и выбор профессии» Автор Г.В.Резапкина)

Разработчик программы:  
педагог-психолог первой  
квалификационной категории  
Коробицына Н.Г

Назарово 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	3
Содержание программы.....	10
Календарно-тематический план .....	12
Список использованных источников .....	15

## **I. Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Подготовка к профессиональному самоопределению» (далее – программа) предназначена для обучающихся 8-х классов и реализуется по социальному направлению в соответствии с требованиями ФГОС ООО в рамках основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ №14» г. Назарово Красноярского края»

### **Актуальность**

Современная школа должна готовить ребенка к полноценному вхождению в реальное современное общество с его быстрыми темпами развития и противоречивыми тенденциями. Это требует не только информированности, наличия знаний, но и умения самостоятельно ориентироваться в информации, принимать решение, сформированности ценностно-смысловых установок, наличия жизненных планов и т.д. Всё это ставит перед педагогами и проблему целенаправленного повышения психологической готовности подростков к профессиональному и личностному самоопределению. Правильно сделанный профессиональный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности.

Результаты многих педагогических и психологических исследований показывают, что готовность к профессиональному самоопределению недостаточна у выпускников школ. Часто оказывается, что выбор профессии был недостаточно продуманным и осознанным. Известно, что успешность профессионального самоопределения тесно связана с общим развитием личности. Такие показатели психического развития, как способность к самоанализу, волевой саморегуляции, уровень мотивированности и др. играют огромное значение в процессе выбора будущей профессии подростками. В старшем подростковом возрасте увеличивается интерес, как к познанию своей личности, так и к вопросам профессионального самоопределения: складывается избирательный характер отношения к школьным предметам, появляются профессионально ориентированные мотивы учения, познавательный интерес к особенностям профессий.

Таким образом, актуальность данного курса определяется значимостью формирования у старших подростков профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии.

Программа внеурочной деятельности «Подготовка к профессиональному самоопределению» составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта, основной образовательной программы основного общего образования. Нормативно-правовой основой программы являются следующие документы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 273 ФЗ "Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А.Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков. –М.: Просвещение, 2010;
- Программа развития воспитательной компоненты в образовательных учреждениях;
- Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г.);
- Методические рекомендации об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС общего образования Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011 г. №03-296;

**Цель программы:** актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счёт специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда.

**Задачи программы:**

- дать учащимся представления об основных направлениях работы по профессиональному самоопределению, выбору профессии в условиях современного рынка труда и рыночных отношений;
- научить реально оценивать свои способности и экономическую ситуацию на современном рынке труда;
- сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;

- повысить уровень психологической компетенции учащихся, способствовать успешной их социализации, приобретению ими навыков самопознания и профессионального самоопределения, умения планировать свою профессиональную карьеру, исходя из своих индивидуальных особенностей, а также - спроса рынка труда;

### **Общая характеристика программы «Подготовка к профессиональному самоопределению»**

Программа внеурочной деятельности реализуется в рамках социального направления.

Программа предназначена для обучающихся 8А и 8Б классов.

Программа выстроена на основе программы учебного курса «Психология и выбор профессии», автор Г. В. Резапкина

Программа рассчитана на 17 ч. в год, 0,5 часа в неделю.

В процессе реализации программы организуется учебная, творческая, квази-исследовательская, игровая виды деятельности.

Программа предусматривает следующие формы организации:

- лекция;
- беседа;
- дискуссия;
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- профориентационные игры и упражнения;
- развивающая психологическая диагностика;
- рефлексия.

Программа выстроена на основе следующих принципов:

1. Принцип личностно-деятельностного подхода к обучению, позволяющий развить не только трудовые, нравственные, коллективистские, интеллектуальные, познавательные компетенции учащегося, но также его личностные качества.

2. Принцип диалогизации обучения, обеспечивающий реализацию информационного, мотивационного, ценностного обмена информацией, согласование точек зрения, распределение ответственности в совместной деятельности педагога и обучающихся.

3. Принцип творческой активности обучения, согласно которого материал практических занятий направлен на его углубление и формирование умений и навыков самостоятельной работы учащихся.

4. Личностно-ориентированные принципы:

- принцип адаптированности (каждый должен чувствовать свою значимость);
- принцип развития (целостное развитие личности: физическое, духовное, интеллектуальное);
- принцип психологической комфортности (организация благоприятной психологической обстановки).

Содержание структурируется в виде четырех разделов.

В разделе «Что я знаю о своих возможностях» формируются представления о типах темперамента и свойствах нервной системы, о мышлении - как особом средстве познания, о свойствах внимания и памяти, развиваются умения оценивать свои возможности, получают опыт определения своих индивидуальных возможностей: темперамента, типа мышления, внимания и памяти.

В разделе «Что я знаю о профессиях» формируются представления о классификации профессий, о целях труда, предмете труда, средствах труда, условиях труда, о профессионально важных качествах необходимых для успешной профессиональной деятельности, развиваются умения определения интересов и склонностей в выборе профессии, получают опыт определения типа будущей профессии.

В разделе «Способности и профессиональная пригодность» формируются представления об общих и специальных способностях, развиваются умения различать способности к интеллектуальным видам деятельности, способности к профессиям социального типа, способности к офисным видам деятельности, способности к предпринимательской деятельности, эстетические и креативные способности, получают опыт определения своих специальных способностей.

В разделе «Планирование профессиональной карьеры» формируются представления об ошибках в выборе

профессии, стратегии выбора профессии, современном рынке труда, развиваются умения самопрезентации, получают опыт построения пути получения профессии.

### **Описание места программы в структуре образовательного процесса**

Содержание программы «Подготовка к профессиональному самоопределению» является важным звеном воспитания обучающихся. Программа «Подготовка к профессиональному самоопределению» входит в программу воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего образования и способствует реализации такого направлений воспитания как трудовое воспитание.

В ходе освоения программы у обучающихся формируются представления о мире профессий, о своих способностях и возможностях, об индивидуальной профессиональной направленности.

Обучающиеся осваивают ряд понятий: цели труда, предмет труда, средства труда, условия труда, профессионально важные качества, общие и специальные способности, индивидуальные возможности, самоопределение, рынок труда.

Развивающая направленность программы «Подготовка к профессиональному самоопределению» реализуется на основе системно-деятельностного подхода.

Приобретаемый обучающимся социальный опыт познания своих способностей и возможностей, закладывает основы формирования профессионального самоопределения. Воспитательная и социализирующая функции внеурочной деятельности обеспечиваются организацией личностно-значимых ситуаций профессионального выбора и его рефлексией, самоопределением в профессиональной области.

### **Формирование универсальных учебных действий**

Участие во внеурочной деятельности «Подготовка к профессиональному самоопределению» способствует формированию у учащихся личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий как основы умения учиться.

Личностные универсальные учебные действия:

- оценивать простые ситуации и однозначные поступки как «хорошие» или «плохие» с позиции общечеловеческих ценностей, российских гражданских ценностей, важности бережного отношения к здоровью человека и природе;

- отделять оценку поступка от оценки самого человека;
- уметь разбираться в том, какие на сегодняшний день профессии наиболее востребованы, и в какой области он лучше выразит свои способности и будет наиболее нужен для общества.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- самостоятельно формулировать цели занятия после предварительного обсуждения;
- определять и формулировать учебную проблему совместно с педагогом;
- составлять план решения проблемы (задачи) совместно с педагогом;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату, соотносить его с целью.

Познавательные универсальные учебные действия:

- ориентироваться в своей системе знаний и осознавать необходимость нового знания;
- добывать новые знания из различных источников;
- уметь перерабатывать полученную информацию (анализировать, обобщать, классифицировать, сравнивать, группировать) для получения необходимого результата, в том числе для проработки своего будущего профессионального пути.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- оформлять свои мысли в устной речи;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- принимать другую, не похожую на свою точку зрения;
- вести диалог с собеседником, слушать и понимать речь других;
- распределять и выполнять различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы.

### **Планируемые результаты по освоению программы**

Главным результатом реализации программы должно стать построение позитивной системы, способствующей повышению личностного самосознания учащихся, позволяющей приобрести не только теоретические знания о всём



разнообразии мира профессий, но и представления о своих способностях и возможностях. Помощь педагога заключается в предоставлении условий, способствующих дальнейшему профессиональному самоопределению восьмиклассников.

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться положительная динамика в развитии представлений обучающихся о себе, что позволит в дальнейшем осуществить правильный выбор профессии и адаптироваться к современному рынку труда.

Предполагаемые результаты: в результате обучения по данной программе, участники программы по внеурочной деятельности должны знать сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- самоопределение;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация типов профессий;
- профессионально важные качества;
- цели, предметы, средства, условия труда.
- рынок труда.

На основе полученных знаний обучающиеся 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;
- проектировать свою будущую профессию.

## Содержание программы

Раздел «Что я знаю о своих возможностях».

1. *Темперамент и профессия.* Определение темперамента. Краткая характеристика каждого типа. Методика «Тип темперамента». Контрольные вопросы. Деловая игра «Клуб знатоков профессий».
2. *Определение типа мышления.* Определение мышления. Что такое продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество? Диагностика типов мышления. Контрольные вопросы. Деловая игра «Журналист».
3. *Внимание и память.* Определение познавательных способностей, внимание, память: слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая. Тесты на изучение внимания и памяти. Контрольные вопросы. Деловая игра «Лучший корректор», необходимо выполнить задания на внимание.

Раздел «Что я знаю о профессиях»

1. *Классификация профессий.* Признаки профессий. Типы профессий: человек-человек, человек-природа, человек-художественный образ, человек-техника, человек-знаковая система. Пирамида Климова. Контрольные вопросы. Деловая игра «Объявление».
2. *Определение типа будущей профессии.* Изучение типов профессий с помощью методики Е.А.Климова. Задание «Аукцион». Контрольные вопросы. Деловая игра «Супербол».
3. *Интересы и склонности в выборе профессии.* Карта интересов и склонностей А. Голомштока. Задание «Круг чтения». Контрольные вопросы. Деловая игра «Воздушный шар»
4. *Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.* Психологическая игра «Молчание – знак согласия». Изучение индивидуальные личностных качеств. Контрольные вопросы. Деловая игра «Салон красоты» Условия труда и медицинские противопоказания. Тест «Моё здоровье». Контрольные вопросы. Деловая игра «Донорское сердце».

Раздел «Способности и профессиональная пригодность»

1. *Способности общие и специальные.* Способности к практическим видам деятельности. Определение способностей, их разновидность. Определение технических способностей. Задание «Ничего не трогайте, Ватсон». Контрольные вопросы. Деловая игра «Минута славы».

2. *Способности к интеллектуальным видам деятельности.* Понятия о интеллекте, академическом и социальном. Тест умственного развития Г. Резапкиной. Контрольные вопросы. Деловая игра «Что? Где? Когда?»

3. *Способности к профессиям социального типа.* Задания: «Аналоги», «Классификация», «Обобщение и закономерности». Контрольные вопросы. Деловая игра «Психолог», разбор жизненных ситуаций, обсуждение путей выхода из них.

4. *Способности к офисным видам деятельности.* Задания: «Атрибуты», «Клавиатура». Тест «Интеллектуальная лабильность». Контрольные вопросы. Деловая игра «Русский лён», распределение окладов в фирме.

5. *Способность к предпринимательской деятельности.* Задание «Я – руководитель». Тест «Акулы и дельфины». Контрольные вопросы. Деловая игра «Бизнесмен», необходимо составить свой бизнес-проект и защитить его перед группой.

6. *Эстетические способности.* Задание «Мыслитель или художник». Понятие об эстетических способностях. Контрольные вопросы. Деловая игра «Профессии будущего».

Раздел «Планирование профессиональной карьеры»

1. *Ошибки в выборе профессии.* Возможные ошибки при выборе профессий, разбор ситуаций. Игра «Оптимисты и скептики». Понятие о современном мире труда, виды мошенничества «Мышеловки». Деловая игра «Остров».

2. *Пути получения профессии, навыки самопрезентации.* Матрица профессионального выбора. Виды образования: среднее специальное, высшее. Изучение разных вариантов получения профессии. Задание «Личное пространство». Работа над ошибками. Анкета кандидата на должность, как написать деловое резюме Контрольные вопросы. Деловая игра «Выбор».

3. *Стратегия выбора профессии.* Основные понятия профориентации: «Хочу-могу-надо». Задание «Машина времени». Контрольные вопросы. Деловая игра «В мире профессий».

4. Заключительный урок- конференция «Моя будущая профессия»

### Календарно-тематический план

	Название раздела, тематика занятий	Количество часов	Форма проведения	Оборудование Информационное обеспечение	Дата проведения	Примечания
<b>Что я знаю о своих возможностях</b>						
<b>3</b>						
1	Темперамент и профессия	1	Занятие - практикум	Раздаточный материал		
2	Определение типа мышления	1	Занятие - практикум	Раздаточный материал, мультимедийное оборудование		
3	Внимание и память	1	Занятие - практикум	Раздаточный материал		
<b>Что я знаю о профессиях</b>						
<b>4</b>						
4	Классификации профессий	1	Традиционное. Практикум	Мультимедийное оборудование		
5	Формула профессий	1	Традиционное. Деловая игра	Мультимедийное оборудование		
6	Интересы и склонности в выборе профессии	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
7	Профессия и здоровье. ПВК	1	Занятие-практикум			

	Название раздела, тематика занятий	Количество часов	Форма проведения	Оборудование Информационное обеспечение	Дата проведения	Примечания
<b>Способности и профессиональная пригодность</b>						
<b>6</b>						
8	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
9	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1	Занятие - практикум	Раздаточный материал, мультимедийное оборудование		
10	Способности к профессиям социального типа	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
11	Способности к офисным видам деятельности	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
12	Способности к предпринимательской деятельности	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
13	Эстетические и креативные способности	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал, мультимедийное оборудование		

	<b>Название раздела, тематика занятий</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Оборудование Информационное обеспечение</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Примечания</b>
<b>Планирование профессиональной карьеры</b>						
<b>4</b>						
14	Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда.	1	Традиционное. Деловая игра	Раздаточный материал, мультимедийное оборудование		
15	Пути получения профессии. Навыки самопрезентации.	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
16	Стратегия выбора профессии	1	Занятие-практикум	Раздаточный материал		
17	Моя будущая профессия	1	Урок-конференция			

### Список использованных источников

1. Бобровская, Л.Н. Профессиональное самоопределение /Бобровская Л.Н. - М.: Глобус, 2008.
2. Бобровская, Л.Н.,Сапрыкина Е.А., Просихина О.Ю. Элективный курс профессиональной направленности «Человек и профессия» / Л.Н.Бобровская, Е.А.Сапрыкина, О.Ю.Просихина. – М.: Глобус, 2007.
3. Климов, Е.А. Как выбрать профессию /Е.А. Климов. - М.: Просвещение, 1990.
4. Чистякова, С.Н. Элективные ориентационные курсы и другие средства профильной ориентации в предпрофильной подготовке школьников / С.Н.Чистякова.М.: АПК и ПРО, 2003
5. Митина, Э.М. Психологическое сопровождение выбора профессии / по ред. Э.М. Митиной. – М., 2003.
6. Пряжников, Н.С.Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы) /Н.С. Пряжников.М.: ВАКО, 2005.
7. Резапкина, Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки / Г.В. Резапкина. - М.: Генезис, 2005.
8. Резапкина, Г.В. Секреты выбора профессии / Г.В.Резапкина. - М., 2003.
9. Резапкина, Г.В. Я и моя профессия: программа профессионального самоопределения для подростков / Г.В.Резапкина. М., 2004.
10. Селевко, Г.К., Бабурина Н.И., Левина О.Г. Найди себя / Г.К. Селевко,Н.И. Бабурина, О.Г Левина. - М., 2001.
11. Лернер, П.С., Михальченко Г.Ф., Прудило А.В. Твоя профессиональная карьера: учебник для 8-9 классов общеобразовательных учреждений / П.С.Лернер, Г.Ф. Михальченко, А.В.Прудило и др. – Под ред. С.Н. Чистяковой. - М.: Просвещение, 2006.
12. Черникова, Т.В. Профориентационная поддержка старшеклассников / Т.В.Черникова, М.: Глобус, 2006.