

Администрация Ленинского района муниципального образования  
«Город Саратов»  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 102»  
Ленинского района г. Саратова

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО



Дрожжина О.В.

Протокол

№ 1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР



Чезганова И.И.

№ 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Кожевникова Н.Ю.

Приказ

№ 2369 от 31.08.2023 г.



Рабочая программа курса

«Шаг в профессию»

для обучающихся 7-9 классов

Саратов, 2023

## **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Шаг в профессию».**

В современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников общественных учебных заведений. Его важнейший аспект - организация сопровождения профессионального самоопределения учащихся с учётом их способностей и интересов, а также потребностей общества.

**Цель курса:** внеурочной деятельности «Шаги в профессию» - формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего.

### **Задачи:**

1. Активизировать внутренние психологические ресурсы обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу.
2. Осознать значимость правильного выбора будущей профессии.
3. Развивать навыки конструктивного взаимодействия при выборе будущей профессии.
4. Уметь оценивать своё решение о профессиональном выборе.

Занятия проводятся в форме групповой работы с элементами тренинга. При проведении занятий курса используются следующие формы и методы работы:

- профориентационные игры;
- игровые профессиональные упражнения;
- самописание;
- групповая дискуссия;
- использование конструктивной обратной связи.

В основе программы курса внеурочной деятельности «Шаги в профессию» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами.

**Формы занятий-** рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, экскурсии, участие в ярмарках рабочих мест, встречи с людьми интересных профессий и др.

## **1. Личностные:**

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовывать 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;
- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- об основах здорового образа жизни;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

## **Метапредметные:**

### **Регулятивные:**

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- 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:**

- навык делать выводы, устанавливать причинно- следственные связи на основе полученной информации о профессиях;
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

### **Коммуникативные:**

- 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;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

### **Предметные.**

#### **Обучающиеся научатся:**

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовки и проведению социально-значимых мероприятий;
- об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- приобретение опыта исследовательской деятельности;

#### **Обучающиеся получат возможность научиться:**

- участвовать в исследовательских работах;

-знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;

- иметь представление о правилах проведения исследования;

- получение первоначального опыта самореализации.

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

1. **Когнитивный** (информирование о мире профессий, состоянии рынка труда, содержание той или иной трудовой деятельности, о профессиональных образовательных программах и учреждениях).
2. **Мотивационно-Ценностный** (формирование у школьников всей гаммы смыслообразующих и профессиональных ценностей).
3. **Деятельностно- практический**(составление, уточнение, коррекция и реализация профессиональных планов).

**Первый уровень результатов-** приобретение обучающимися знаний о труде и профессиях. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями и родителями, 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 социальной 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, просоциальной среде, в которой ребенок получает первое практическое подтверждение приобретенных знаний, начинает их ценить.

**Третий уровень результатов-**получение обучающимися начального опыта самостоятельного общественно полезного действия, формирование у подростка социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественно полезном действии человек действительно становится гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

## **Содержание программы.**

**Тема 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. Понятие «личность», «профессиональные интересы», «склонности».

**Тема 2. Мир профессий. (2 часа).**

Дать определение: профессия, специальность, классификация, должность. Классификация по типам профессии (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика «Матрица профессий».

**Тема 3. Знакомство с профессиограммами. (2 часа).**

Дать определение понятиям «профессиограмма : цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда», «профессиональная пригодность».

**Тема 4. Профессия типа: «Человек- техника». (1 час).**

**Тема 5. Профессия типа: «Человек- природа». (1 час).**

**Тема 6. Профессия типа: «Человек-знаковая система». (1 час).**

**Тема 7. Профессия типа: «Человек- человек». (1 час).**

**Тема 8. Профессия типа: «Человек- художественный образ». (1 час).**

**Тема 9. Пути получения профессии. (1 час).**

**Тема 10. Кто я, или что я думаю о себе. (1 час).**

Внутренний мир человека и возможности его самопознания. Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.

**Тема 11. Свойства нервной системы и темперамент. (2 часа).**

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.

**Тема 12. Память. (2 часа).**

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

### **Тема 13. Внимание. (2 часа).**

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. «Тест Э. Ландольта». Приемы развития внимания.

### **Тема 14. Мышление. (2 часа).**

Функция, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р. Амтхауэра. Приемы развития.

### **Тема 15. Эмоциональное состояние личности. (2 час).**

Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и депресс. Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности по методике Ч. Д. Спилбергер «Шкала самооценки».

### **Тема 16. Саморегуляция. (1 час).**

Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить «лишний пар». Десять шагов уверенности в себе.

### **Тема 17. Коммуникабельность- составляющая успеха будущей карьеры. (1 час).**

Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике «КОС».

### **Тема 18. Первый шаг на пути к профессии. (1 час).**

Способность, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.

### **Тема 19. 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.

**Тема 20. Мотивы и основные условия выбора профессии. (1 час).**

«Хочу-могу-надо»- необходимые условия правильного выбора.  
«Мышеловки» легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

**Тема 21. Что требует профессия от меня. (1 час).**

Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика «работа для вас»), «Центр занятости населения».

**Тема 22. Перспективы профессионального старта. (2 часа).**

Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу.

**Тема 23. Составление плана профессионального самоопределения. (1 час).**

Алгоритм принятия решения.

**Тема 24. 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.

**Тема 25. Подготовка к будущей карьере. (1 час).**

Психологический портрет личности. Ролевая игра: «Встреча через 10 лет».

**Тема 26. Детско-родительская профориентационная игра- проект «Выбор профессии». (1 час).**

**Тема 27. Итоговое занятие «Перелистывая страницы». (2 часа)**

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

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	тема	Кол-во часов всего	Контрольные работы	Практическая работа	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1,2	Жизненное и профессиональное самоопределение один из важнейших шагов в жизни человека	2		1	
3,4	Мир профессий	2		1	
5,6	Знакомство с профессиогрппмами	2		1	
7	Профессия «Человек-техника»	1		1	
8	Профессия «Человек-природа»	1		1	
9	Профессия «Человек-знаковая система»	1		1	
10	Профессия «Человек-человек»	1		1	
11	Профессия «Человек-художественный образ»	1		1	
12	Пути получения профессии. Формы обучения.	1			
13	Кто я, или что я думаю о себе	1		1	
14,15	Свойства нервной системы и темперамент	2		1	
16,17	Память	2		1	
18,19	Внимание	2		1	
20,21	Мышление	2		1	
22	Эмоциональное состояние личности	1			
23	Саморегуляция	1		1	
24	Коммуикабельность-составляющая успеха	1		1	

	будущей карьеры				
25	Первый шаг на пути к профессии	1		1	
26	Современный рынок труда и его требования	1			
27	Мотивы и основные условия выбора профессии	1			
28	Что требует профессия от меня	1		1	
29	Перспективы профессионального старта	1			
30	Составление плана профессионального самоопределения	1		1	
31	Построение образа профессионального будущего	1		1	
32	Подготовка к будущей карьере	1			
33,34	Детско-родительская профориентационная игра- проект «Выбор профиля»	2		1	
35	Итоговое занятие «Перелистывая страницы»	1		1	
	Итого	34 часа			