Еремеева Любовь Владимировна
Подписан: Еремеева Любовь Владимировна
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Дата: 2026.11.05 12:06:43+03'00'

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Марий Эл

Отдел образования администрации муниципального образования

«Звениговский муниципальный район»

МОУ "Мочалищенская СОШ"

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель МО	Заместитель директора по УВР	Директор
Ермилова И.С.	Мокеева Е.В.	Еремеева Л.В.
Приказ №8 от «25» августа 2026 г.	Приказ №8 от «25» августа 2026 г.	Приказ №8 от «25» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности

«ПРОФОРИЕНТАЦИЯ»

(основное общее образование)

п. Мочалище 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА

Содержание программы «Профориентация» предполагает побудить старшеклассников к активному самопознанию, исследованию собственных познавательных ресурсов и возможностей, а также помочь им сориентироваться в планах на будущую жизнь.

На изучение курса выделяются 68часов (34 часа в 8 классе и 34 часа в 9 классе).При этом 70%учебного времени отводится на теоретические и 30%—на практические занятия. Изучение курса завершается выполнением и защитой творческого проекта.

Актуальность программы. Данный курс способствует активизации процесса самопознания, позволит учащимся ориентироваться в мире профессий и специальностей, поможет им в выборе будущей деятельности и уменьшит вероятность ошибок при выборе профессии.

Целью программы является оказание психологической помощи старшеклассникам в личностномипрофессиональномсамоопределенииивыборесучётомпрофиляобученияна ближайшие годы, а затем профессии.

Задачи реализации курса состоят в том, чтобы учащиеся:

— составили целостное представление о мире профессий; освоили понятия, характеризующие профессиональную деятельность человека;

— исследовали собственные познавательные интересы, склонности,способности;

— определили пути и способы развития познавательных и личностных возможностей в системе образовательной подготовки к будущей профессии.

Методы ведения занятий выбирались, исходя из их выраженной практической направленности. Перечень методов работы на занятиях включает, кроме информирования, применение диагностических методик, дискуссию, ролевое проигрывание, психотехнические приёмы. В процессе преподавания курса используются разнообразные формы организации занятий: индивидуальные и групповые беседы, тестирование, ролевые игры, творческие этюды, деловые игры.

Формы контроля

Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, ведение рабочей тетради в 8 классе «Основы профессионального самоопределения» и заполнение дневника самонаблюдения в 9 классе «Моя профессиональная карьера», выполнение домашних заданий, арт-рефлексии, рефлексии с использованием техники «Письмо себе, любимому».

Программой в 8 и 9 классах предусматривается выполнение и защита творческого проекта «Мой выбор» в 8 классе и «Я в мире профессий» в 9 классе. Проект должен отражать теоретическую и практическую части программы.

Примерный перечень формируемых знаний и умений

Учащиеся должны знать:

— значение профессионального самоопределения, требования к составлению профессионального плана;

— правила выбора профессии;

— понятие о профессиях и профессиональной деятельности;

— понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;

— понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально - волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;

— значение творческого потенциала человека, карьеры.

Учащиеся должны уметь:

— соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;

— составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;

— анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;

— преодолевать барьеры общения, стереотипы поведения, распознавать манипуляции; развитие умения адекватного использования невербальных и вербальных средств выразительности в процессе общения;

— ставить перспективные цели и планировать способы их достижения; развитие умений презентовать себя и свою деятельность в рамках разработанных проектов; формирование уверенного поведения в ситуациях профессиональных проб;

— пользоватьсясведениямиопутяхполученияпрофессиональногообразования.

Учебно-методическое сопровождение программы:

— тетрадь по курсу «Основы профессионального самоопределения» (для учащихся 8 класса);

— сборник инструкций к тетради обучающихся по курсу «Основы профессионального самоопределения» (для учителя);

— дневниксамонаблюденияв9классе«Моя профессиональная карьера».

Оборудование:

— мультимедийный проектор;

— компьютер;

— магнитофон;

— наглядные пособия: карты, схемы, иллюстрации.

Основные понятия курса

Психологическая готовность подростка к вступлению во взрослую жизнь— наличие способностей и потребностей, которые позволят подростку с возможной полнотой реализовать себя в обществе, в труде, в будущей семейной жизни. Это, во-первых, потребность в общении и владении способами его построения; во-вторых, теоретическое мышление и умение ориентироваться в различных формах теоретического сознания, что выступаетввидесложившихсяосновнаучногоиобщественногомировоззрения,атакже развитой рефлексии, с помощью которой

обеспечивается осознанное и критическое отношение к себе; в-третьих, владение трудовыми навыками, позволяющими включиться в производственную деятельность, осуществляя ее на творческих началах.

Самооценка — оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. От самооценки зависят его взаимоотношения с окружающими, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам.

Самоопределение личности — самостоятельный выбор человеком своего жизненного пути, целей, ценностей, нравственных норм, будущей профессии и условий жизни.

Личностное самоопределение—этоопределениесебяотносительновыработанных вобществе(ипринятыхданнымчеловеком)критериевстановленияличностиидальнейшая действенная реализация себя на основе этих критериев. Личностное самоопределение формируется раньше профессионального, на основе личностного самоопределения складываются требования к профессии.

Профессиональное самоопределение — поиск и нахождение личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой трудовой деятельности, а также — нахождение смысла в самом процессе самоопределения.

Самосознание—осознаниечеловекомсамогосебя,своихсобственныхкачеств.

Общение—обмен информацией между людьми, их взаимодействие.

Сотрудничество — стремление человека к согласованной, слаженной работе с людьми. Готовность поддержать и оказать помощь им.

Коммуникативная сфера личности — сообщение информации как передача интеллектуального содержания; ориентирована на совместное постижение предмета и формирование новых приемов и способов общения и поведения.

Коммуникативныеспособности—индивидуально-психологическиеособенности личности,обеспечивающиеэффективностьееобщенияисовместимостьсдругимилюдьми.

Коммуникативная компетентность— соответствие коммуникативного поведения данной ситуации и его эффективность.

Эмпатия—переживание чувств, мыслей или установок другого человека.

В качестве особых форм эмпатии выделяют *сопереживание*—переживание субъектомтехжеэмоциональныхсостояний,которыеиспытываетдругойчеловек, через отождествление с ним, и *сочувствие* — переживание собственных эмоциональных состояний по поводу чувств другого.

Рефлексия—процессам опознания человеком внутренних психических актов и состояний.

ТЕМАТИЧЕСКИЙПЛАН

Тема	Количество часов
Часть1.Профориентацияиосновысоциализациииличности 8класс	
Раздел 1. Основы жизненного и профессионального самоопределения (6 ч)	
Введение в курс«Основы профессионального самоопределения»	1
Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека	1
Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития	1
Значение, ситуация и правила выбора профессии	1
Типичные ошибки при выборе профессии	1
Творческий проект«Мой выбор».Сущность и структура	1
Раздел2.Мир труда и профессий (6ч)	
Профессия и специальность: происхождение и сущность	1
Многообразие мира труда	1
Классификация профессий. Формула профессии	1
Профессиональная деятельность и карьера человека	1
Рынок труда и его требования к профессионалу	1
Диагностика по теме«Мир труда и профессии»	1
Раздел3.Человек и профессия(11ч)	
Профессионально важные качества личности	1
Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии	1
Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении	1
Особенности психических процессов и выбор профессии	1

Тема	Количество часов
Темперамент и выбор профессии	1
Характер и выбор профессии	1
Роль способностей в профессиональной деятельности	1
Тип личности и выбор профессии	1
Здоровье и выбор профессии	1
Профессиональная пригодность и самооценка	1
Диагностика по теме «Человек и профессия»	1
Раздел4.Слагаемыеуспехавпрофессиональномсамоопределении(11ч)	
Анализ профессиональной деятельности	1
Профессиональные пробы и творческие проекты	1
Профильное обучение, предпрофильная подготовка	1
Пути получения профессионального образования	1
Профессиональнаяконсультация(экскурсиинапредприятия,вцентрзанятости)	2
Профессиональное саморазвитие и самовоспитание	1
Творческий проект«Мой выбор»:разработка и оформление	2
Деловая игра«Мой выбор»	1
Итоговое занятие«Я и мир профессий»	1
Всего	**34**
Часть2.Я и моя профессия 9 класс	
Раздел1.Я-Человек(10ч)	
Знаете ли вы себя?	1
Что такое тренинг? Правила тренинговых занятий	1
Понятие о личности	1
Ценностные ориентации личности	1
Характер	1
Потребности человека	1
Мышление	1
Каналы восприятия информации. Умение распознавать людей с учетом ведущего канала восприятия	3
Раздел2.Я и другие(7ч)	
Защита от манипуляций	4
Эмоции, мимика и жесты	1
Конструктивное взаимодействие	1
Умение понимать других	1

Тема	Количество часов
Раздел3.Я и профессия(17ч)	
Что такое профессия?	1
Склонности и профессиональная направленность	1
Как достичь успеха в профессии?	1
Профессиональные роли	1
Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий	2
Уверенность. Саморегуляция	1
Рынок труда. Резюме. Собеседование	2
Защита творческого проекта «Я в мире профессий»	2
Информационная работа	5
Всего	**34**
ИТОГО по курсу «Профориентация»	**68**

СОДЕРЖАНИЕПРОГРАММЫ

Часть1.Профориентацияиосновысоциализациииличности

8 класс

Раздел1.Основыжизненногоипрофессиональногосамоопределения

Занятие1.Введениевкурс«Основы профессионального самоопределения» (1ч)

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мой выбор». Литература по курсу.

Практическая работа. Составление словаря к уроку.

Занятие2.Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека (1 ч)

Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека.

Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

*Практическаяработа.*Выписатьвтетрадьопорныепонятия.Сформулироватьи записать в тетрадь смысл и цель своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия».

Занятие3.Сущностьиструктурапроцессапрофессиональногосамоопределенияи развития (1 ч)

Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление.

Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности. *Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Выписать в тетрадь и осмыслить высказывание Г.К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идет к твердо избраннойцели.Найдивмолодостисвоюпрофессию,определижизненнуюдорогуиидипо ней упорно к намеченной цели — тогда удастся у тебя жизнь».

Занятие4.Значение,ситуацияиправилавыборапрофессии(1ч)

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу-Могу-Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

Практическая работа. Записать в тетрадь опорные понятия и правила выбора профессии.Проведениедиспута«Кембыть?».Выявлениепрофессиональныхинтересовпо методике «Карта интересов».

Занятие5.Типичныеошибкипривыборепрофессии(1ч)

Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий. Незнание правил выбора профессий. Незнание себя.

*Практическаяработа.*Решениеситуацийвыборапрофессий.Заполнитьтаблицу.

Незнание мира профессий	**Незнание себя**	**Незнание правил выбора профессии**
Устаревшие представления о характере труда и условиях труда в конкретных профессиях	Необъективная оценка своих возможностей	Отождествление учебного предмета с профессией
Предубеждения в отношении престижности профессии	Неумение соотнести свои Способности с требованиями профессии	Перенос отношения к человеку на профессию
		Выбор профессии«За компанию»
		Неумение определить пути приобретения профессии

Занятие6.Творческий проект «Мой выбор».Сущность и структура(1ч)

Сущность проекта. Цель проектирования. Виды проектов. Цель, задачи и компоненты проекта «Мой выбор». Основные разделы проекта: обоснование профессии, профессиограмма профессии, профессиональная проба, профессиональная пригодность, профессиональное намерение и карьера, план подготовки к приобретению профессии, готовность к профессиональному самоопределению, литература.

Практическая работа. Запись в тетради основных понятий.

Раздел2.Мир труда и профессий

Занятие7.Профессия и специальность: происхождение и сущность(1ч)

Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное,

специальное.Сущностьпонятий«профессия»,«специальность»,«квалификация», «должность».Основные характеристики профессий.

Практическая работа. Запись в тетрадь основных опорных понятий. Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

Занятие8.Многообразие мира труда(1ч)

Сущность и виды труда. Процесс труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средство труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сферы материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства.

Практическая работа. Записать основные понятия. Заполнить таблицу.

Позиции	**Содержание**
Моя будущая профессия	
Сфера экономики	
Отрасль экономики	
Сектор экономики	

Занятие9.Классификацияпрофессий.Формулапрофессии(1ч)

Способы классификации профессий, их достоинства и недостатки. Классификационныепризнаки.КлассификацияпрофессийЕ.А.Климовапопредмету,цели, орудиям и условиям труда. Классы профессий. Отделы профессий. Группа профессий. Формула профессии и ее роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьосновныхпонятий.Дидактическаяигра «Классификация профессий». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.

Занятие10.Профессиональная деятельность и карьера человека(1ч)

Профессиональнаядеятельность:функции,цели,задачи,средстваипредметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Виды профессиональной этики. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение таблицы.

Позиции	**Содержание**
Моя будущая профессия	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	
Предмет труда	
Средства труда	
Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста(разряд, класс, категория, звание)	
Возможная заработная плата	

Занятие11. Рынок труда и его требования к профессионалу (1ч)

Сущность рынка труда и принципы его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда города или района.

Практическая работа. Записать в тетрадь опорные понятия. Изложить в тетради сведения о личностных и профессиональных качествах профессионального идеала, которого можно считать образцом для подражания в будущей профессиональной деятельности.

Занятие12. Диагностика по теме «Мир труда и профессии»(1ч)

Практическая работа. Работа с тестами, дидактические игры«Профессия на букву», «А вот и я!»

Раздел 3.Человек и профессия

Занятие13.Профессионально важные качества личности (1ч)

Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности.

Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание. Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общие, особенные и специфические профессионально важные качества личности.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьопорныхпонятий.Заполнитьтаблицу.

Профессиональныекачества,необходимыедляовладениявыбранноймноюпрофессии		
Общие	Особенные	Специфические

Занятие14.Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии (1ч)

Сущность понятий «интересы»и «склонности».Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение склонностей школьников к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).

Занятие15. Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении (1 ч)

Ценностная ориентация как избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентаций, виды ценностей.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение ценностей школьников с помощью методики«К чему стремятся люди в жизни».

Занятие16. Особенности психических процессов и выбор профессии(1ч)

Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.

Занятие17.Темперамент и выбор профессии (1ч)

Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявлениявучебнойипрофессиональнойдеятельности.положительныеиотрицательные характеристики различных типов темперамента. Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение типа темперамента школьников по методике Айзенка.

Занятие18.Характер и выбор профессии (1ч)

Определение понятия «характер». Черты и типы характера. Положительные и отрицательные черты характера в отношении человека к себе, другим людям, различным видам деятельности, общественной и личной собственности. Характер и выбор профессии. Общие требования типов профессии к характеру человека.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

Занятие19. Роль способностей в профессиональной деятельности(1ч)

Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развития способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессий и специальные способности.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьопорныхпонятий.Выявлениесклонностейи способностей учащихся при помощи методики «КОС» и «Определение склонностей».

Занятие20.Тип личности и выбор профессии(1 ч)

Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистический (практический), интеллектуальный, артистический, социальный, предприимчивый (предпринимательский), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: схожие и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьопорныхпонятий.Выявлениетипаличности по методике Дж. Холланда.

Занятие21.Здоровьеивыборпрофессии(1ч)

Понятие здоровья. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Группы профессий по степени их влияния на здоровье человека. Дееспособность, трудоспособность, работоспособность. Медицинские показания и противопоказания. Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях. Укрепление здоровьявсоответствиистребованиямипрофессии.Работоспособность.Рольрежимадняи активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьопорныхпонятий.Выявлениешкольниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».

Занятие22.Профессиональнаяпригодностьисамооценка(1ч)

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ-Я» каксистемапредставленийосебе.Структура«Образ-Я»:знанияосебе,оценкасебя,умение управлять собой. Реальное«Я»,идеальное«Я»,«Я»-глазами других людей.

«Я-концепция» как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я-концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьопорныхпонятий.Выявлениепоразличным методикам профессиональной пригодности школьников к предполагаемым видам деятельности.Выявлениеуровнясамооценкишкольниковпripомощиметодики«Уровень самооценки».

Занятие23.Диагностикапотеме«Человек и профессия»(1ч)

*Практическаяработа.*Работастестами.Дидактическиеигры«Автопортрет», «Звездный час».

Раздел4.Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении

Занятие24.Анализпрофессиональнойдеятельности(1ч)

Источники информации о профессиях. Сущность, назначение и структура профессиограммы. Психограмма как составная часть профессиограммы. Роль профессиограмм и психограмм в подготовке учащихся к профессиональному самоопределению.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с профессиограммами различных профессий. Разработка профессиограммы предполагаемой профессии. Упражнение «Самая, самая...».

Занятие25.Профессиональные пробы и творческие проекты(1ч)

Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении.Содержаниепрофпробпотипампрофессий.Этапывыполнениияиуровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профессиональных проб.

Сущность и классификация творческих проектов. Требования к творческим проектам. Этапы выполнения творческих проектов.

*Практическаяработа.*Записьвтетрадьопорныхпонятий.Дидактическаяигра «Человек-профессия».Игровые упражнения«Кто есть кто»,«Спящий город».

Занятие26.Профильное обучение, предпрофильная подготовка(1ч)

Цель, задачи и содержание профильного обучения старшеклассников. Структура содержания профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по выбору. Профили обучения. Цели и задачи предпрофильной подготовки выпускников основной школы. Компоненты предпрофильного обучения: краткосрочные курсы по выбору, профессиональная информация, профессиональная консультация и диагностика.

*Практическаяработа.*Запись в тетрадь опорных понятий.

Занятие27.Пути получения профессионального образования (1ч)

Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального образования. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональное образовательное учреждение. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, институт, академия, университет,аспирантура,докторантура,ординатураиинтернатура,институтыповышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий, видов учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования. Ознакомление с профессиональными учебными заведениями ПМР. Дидактическая игра «Пять шагов».

Занятия 28-29.Профессиональная консультация (экскурсии на предприятия, в центр занятости) (2 ч)

Сущность, цель, задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональных консультаций. Подготовка учащихся к профессиональной консультации.

Практическая работа. Составление отчета об экскурсии. Составление перечня вопросов к профконсультантам.

Занятие30.Профессиональное саморазвитие и самовоспитание(1ч)

Человеческие ресурсы. Виды возможностей человека: интеллектуальные, физические, специальные. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приемы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания: самоубеждение, самовнушение, самоприказ, самообразование, самоконтроль, самооценка.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Составление школьниками плана подготовки к приобретению профессии.

Занятия31-32.Творческий проект «Мой выбор»:разработка и оформление(2ч)

Цель и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта «Мой выбор». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проект.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с примерами творческих проектов «Мой выбор», выполненных учениками предыдущих классов. Выполнение и оформление проекта. Заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.

Занятие33.Деловая игра«Мой выбор»(1ч)

Защита творческих проектов. Критерии оценки их выполнения и защиты. Представление жюри. Порядок проведения защиты творческих проектов. Представление учащимися пояснительной записки и результатов профессиональных проб, ответы на вопросы. Оценивание защиты, подведение итогов.

*Практическаяработа.*Представлениеизащитапроектов.Упражнение«Подарок».

Занятие34.Итоговоезанятие«Я и мир профессий»

Практическая работа. Моделирование вариантов поведения в проблемных ситуациях.

Учебно-методическая литература

Литература для педагога

1. Введение в мир профессий. Классные часы, игры, конкурсы // Авторы-составители О.Е. Багрова, Н.Г. Федоркина, И.Г. Смирнова, Г.П. Попова. — Волгоград: Учитель, 2009.

2. **Немов Р.С.** Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений. — В 3 кн.: кн.1. Общие основы психологии. — 2-е изд. — М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.

3. **Овчаров Р.В.** Справочная книга школьного психолога. — 2-е изд., дораб. — М.: Просвещение, Учебная литература, 1996.

4. Школа и выбор профессии / Под ред. В.А. Полякова, С.Н. Чистяковой, Г.Г. Агаповой. — М.: Педагогика, 1987.

5. Психологическое сопровождение выбора профессии / Под ред. Э.М. Митиной. — М., 2003.

6. **Шваб Е.Д.**Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (Я в мире профессий). — Волгоград: Учитель, 2007.

7. **Резапкина Г.В.** Я и моя профессия//Школьный психолог.

8. **Климов Е.А.** Образ мира в разнотипных профессиях.—М.:МГУ,1995.

9. **Климов Е.А.** Развивающийся человек в мире профессий.—Обнинск, 1993.

10. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации/Подред. А.Ф.Кудряшова.—Петрозаводск,1992.

11. **Прошицкая Е.Н.** Выбирайте профессию.—Просвещение,1991.

12. **Пряжников Н.С.** Профессиональное и личностное самоопределение,—М.; Воронеж: МОДЭК, 1996.

Литература для учащихся

1. **КлимовЕ.А.**Каквыбиратьпрофессию:Кн.дляучащихся.—2-еизд.доп.идораб. —М.:Просвещение,1990.

2. Моя профессиональная карьера:Пособие для учащихся.—М.,1993.

3. Энциклопедия для детей: выбор профессии/Ред.Е.Ананьева;отв.ред. В. Белоусова. — М.: Аванта, 2003.

Часть2.Я и моя профессия 9класс

Раздел1.Я-Человек(10 ч)

Занятие1.Знаете ли вы себя?(1ч).Знакомство, диагностика ожиданий, обсуждениецелейизадач,информированиеонаукепсихологии.*Практическаяработа.* Тест«Довольны ли вы собой?».

Занятие2.Что такое тренинг? Правила тренинговых занятий(1ч). Обсуждениеопределенияифункцийтренинга,правилтренинговыхзанятий.*Практическая работа.* Техника «Письмо себе, любимому». **Занятие 3. Понятие о личности (1 ч).** Знакомство с понятиями«личность»,«индивидуальность».

Практическая работа. Тест«Что вы за птица?».

Занятие4.Ценностныеориентациииличности(1ч).Понятие«ценности».

Практическая работа. Опросник«Как поживаешь?».

Занятие 5. Характер (1 ч). Определение характера, «Притча о каменотесе, который хотел себе другой жизни».

Деловые игры«Качества»и«Черты характера».

Занятие6.Потребностичеловека(1ч).Устное сочинение«Не от своего лица» (карточки), понятие о потребностях («мозговой штурм»).

Творческоезаданиепогруппам.«Пирамида»потребностейА.Маслоу,презентация работ.

Занятие7.Мышление(1ч).Определение понятия«мышление»,виды мышления.

*Практическаяработа.*Тест«Художникилимыслитель?»,упражнение«Способы применения предметов».

Занятия 8-10. Каналы восприятия информации. Умение распознавать людей с учетомведущегоканалавосприятия(3ч).Определениеканаловвосприятияинформации человеком: «аудиальный канал», «визуальный канал», «кинестетический канал».

Практическая работа. Выявление ведущего канала восприятия, характеристика человека, у которого тот или иной канал является ведущим, закрепление знаний в практических упражнениях.

Раздел2.Я и другие(7 ч)

Занятия 11-14. Защита от манипуляций (4 ч). Понятие, цель, свойство, виды манипуляций, примеры манипуляций, принципы самоконтроля.

Практическая работа. Тест «Насколько вы проницательны?», ролевые игры на проработку возможных действий при обнаружении манипуляций, тест «Способность воздействовать на окружающих».

Занятие15.Эмоции, мимика и жесты(1ч).Понятия«эмоции»,«интуиция», «наблюдательность», «ощущения», «восприятие», выполнение задания «Понимаете ли вы язык мимики?», понятие «жест», виды жестов.

Практические задания на развитие умения понимать«язык жестов».

Занятие16.Конструктивное взаимодействие(1ч).Понятия «конструктивное взаимодействие», «деструктивное взаимодействие».

*Практическаяработа.*Тест«Вашстильобщения»,разработкаалгоритмауспешного собеседника.

Занятие17.Умениепониматьдругих(1ч).Дискуссия о значении визуального контакта в процессе общения, техника «Письмо себе, любимому».

Практическая работа. Рефлексия по курсу в форме мини-сочинения на тему«Что я знаю о себе».

Раздел3.Я и профессия(17ч)

Занятие18.Что такое «профессия»?(1ч).Знакомство с понятиями «профессия», «специальность».

Практикум. Классификация типов профессий по Е.А.Климову.**Занятие19. Интересы и выбор профессии(1ч).** Знакомство с понятием«интерес»(мозговой штурм).

Практическая работа. Опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда.

Занятие 20. Склонности и профессиональная направленность (1 ч). Знакомствоспонятиями«склонность»,«профессиональнаянаправленность».Повторение классификации типов профессий поЕ.А.Климову. *Практическая работа.* ОпросникЕ.А. Климова «ДДО».

Занятие 21. Как достичь успеха в профессии? (1 ч). Работа со слагаемыми выбора профессии: «Хочу», «Могу», «Надо». Дискуссия на тему «Качества личности, способствующие успеху».

Занятие22.Профессиональныероли(1ч)

Практическая работа. Профориентационная игра «Три судьбы».Обсуждение таких характеристик человека, как «труженик», «лентяй», «бездарность».

Занятия 23-24. Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий («Человек-человек», «Человек-техника», «Человек- знаковая система», «Человек-художественный образ», «Человек-природа») (2 ч). Введение понятий «профессионально важные качества» (ПВК), «психограмма». Знакомства с ПВК для людей, выбирающих профессию соответственно классификации типов профессий по Е.А. Климову.

Практическая работа. Изучение методики «Логическое мышление», «Вербальная память». Самостоятельная работа в дневнике самонаблюдений «Мой мир».

Занятие 25. Уверенность. Саморегуляция (1 ч). Обсуждение по теме «Что дает человеку умение расслабляться».

Практическая работа. Обучение выполнению упражнений, направленных на восстановление дыхания; на воссоздание образов-ресурсов, способствующих снятию телесногонапряжения,телесномурасслаблениюимобилизациимышления.Обменопытом «Способы снятия напряжения».

Занятия 26-27. Рынок труда. Резюме. Собеседование (2 ч). Знакомство с требованиями рынка труда, правилами самопрезентации. Варианты «заманчивых» предложенийнарынкетруда:«почтоваяпирамида»,«сизифовтруд»,«домашнийофис», «испытательный срок».Введение понятий«резюме»,«собеседование».

Практическая работа. Составление резюме, проведение собеседования.

Занятия28-29.Защитатворческогопроекта«Я в мире профессий»(2ч).

*Практическаяработа.*Представлениеразличныхформразработанныхучастниками курса творческого проекта по теме «Я в мире профессий». Интерактивная игра «Мой профессиональный выбор».

Занятия 30-34. Информационная работа (5 ч). Организация экскурсий в центр занятости, на предприятия, фирмы. Посещение среднеспециальных, высших образовательных учреждений в Дни открытых дверей. Проведение встреч с людьми тех профессий, которые наиболее привлекательны для обучающихся.

Список литературы

Теоретический блок

1. **Гинзбург М.Р.** Психологическое содержание жизненного поля старшего подростка // Мир психологии и психология в мире. — 1995.

2. **КонИ.С.**Психологияраннейюности:Кн.дляучителя.—М.:Просвещение,1989.

3. **НемовР.С.**Психология:Учеб.длястуд.высш.пед.учеб.заведений.—4-еизд.— М.: ВЛАДОС, 2000.

4. **Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю.** Психология труда и человеческого достоинства: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Академия, 2001.

5. Рабочая книга школьного психолога / И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др. / Под ред. И.В. Дубровиной. — М.: Международная академия, 1995.

Практический блок

1. **Гонохова Т.** Трудно быть собой. Уроки психологии в старших классах // Школьный психолог, 2003, №41, 42.

2. **ЛидерсА.Г.**Психологическийтренингсподростками:Учебноепособиедлястуд. высш. учеб. заведений. — 2-е изд., стер. — М.: Академия, 2004.

3. Программа предпрофильного элективного курса «Твой выбор — твое будущее». Программа разработана творческо-поисковой группой педагогов- психологов образовательных учреждений Советского района г. Волгограда.

4. **Пряжников Н.С.** Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). — М.: ВАКО, 2005.

5. **АннЛ.Ф.** Психологический тренинг с подростками.—СПб.:Питер,2003.

6. **РодионовВ.,ЛангуеваЕ.**Манипуляция:игры,вкоторыеиграютвсе.Программа тренинговых занятий для учащихся старших классов // Школьный психолог, 2005, №2, 5.

7. **Савченко М.Ю.** Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 классы):Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов/ Под науч. ред. Л.А. Обуховой. — М.: ВАКО, 2005.

8. **Самоукина Н.В.** Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы. — Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2004.

9. Сборник программ элективных курсов по психологии. — Волгоград: Изд- во ВГИПКРО,2005(приложениекжурналу«Учебныйгод»,№22,серия«Элективныекурсы». Вып.11).

10. **Шеховцова Л., Шеховцов О.** Психологическое сопровождение выбора профессии в школе: Учеб. пособие. — СПб.: Феникс, 2006.

Литература для обучающихся

1. **АксеновД.В.,БорисоваВ.А.** Гений общения.—АкадемПроект,2004.

2. **ДоценкоЕ.Л.** Психология манипуляции: Феномены, механизмы и защита. —М., 1996.

3. **КашановР.Р.**Курс практической психологии, или Как научиться работать и добиваться успеха.—М.:Аст-пресс, Ижевск: Издательство Удмуртского университета, 1999.

4. **Прихожан А.М.**Психология неудачника.—М.,2000.

5. **Пономаренко Л.П., Белоусов Р.В.** Психология для старшеклассников.—М., 2002.

6. **Романова Е.С.** 99 популярных профессий: Психологический анализ и профессиограммы.—СПб.:Питер,2004.