

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
общеобразовательная «Школа № 62 им. Е.Н.Бородина»  
городского округа Самара**

---

Рассмотрено на заседании МО

учителей гуманитарного цикла

Протокол №1 от 28.08.2023г.

Председатель МО

\_\_\_\_\_Скрынникова Л.Ю.

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УВР

\_\_\_\_\_Гилязова И.С.

28.08.2023г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБОУ Школы №62

\_\_\_\_\_Т.В. Емелина

Приказ № 60-од от 30.08.2023г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
предпрофильной подготовки  
«Профессиональное самоопределение»**

для 9 класса основного общего образования

Составитель:  
учитель Якимова И.Ф.

Самара

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая рабочая программа составлена на основе:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (№273, декабрь 2012г.) (Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009г. №373 с изменениями);
- Закон Красноярского края от 26 июня 2014 года №6-2519 "Об образовании в Красноярском крае";
- СанПиНы, раздел X. «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса» (СанПиН 2.4.2.2821-10);
- Учебно – методического пособия Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии», 2011г.
- Пряжников Н.С., Румянцева Л.С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся. – М.: Издательский центр «Академия», 2013 – 208 с.
- Методическое пособие Г.В. Резапкина «Технология. Профессиональное самоопределение. Личность. Профессия. Карьера», 2021г.
- Программы формирования УУД.

Планирование составлено на основе примерной программы по профориентационному курсу предпрофильной подготовки «Профессиональное самоопределение» федерального компонента государственного стандарта (основного) общего образования, авторской учебной программы «Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся», разработанной Н.С. Пряжниковым, и разработана применительно к учебной программе «Профессиональное самоопределение», автор Н.С. Пряжников, Л.С. Румянцева.

### **Место предмета в учебном плане**

В соответствии с учебным планом на изучение курса предпрофильной подготовки «Профессиональное самоопределение» отводится 2 ч в неделю.

### **Содержание учебного предмета**

В содержании программы рассматривается в качестве планируемых результатов освоения учебных и междисциплинарных программ в области профессиональной ориентации «...построение вариантов личного профессионального плана и путей получения профессионального образования на основе соотнесения своих интересов и возможностей с содержанием и условиями труда по массовым профессиям и их востребованностью на рынке труда;... планирование профессиональной карьеры; ...рациональный выбор пути продолжения образования или трудоустройства; ... ориентация в информации по трудоустройству и продолжению образования; ... оценка своих возможностей и возможностей своей семьи для предпринимательской деятельности».

Формирование у школьников мотивации к труду, потребности приобретения востребованной на рынке труда профессии становятся приоритетными в системе общего и профессионального образования. Не менее значимой проблемой является и соответствие выбираемой сферы профессиональной деятельности личностным особенностям (способностям) и потребностям (интересам) выпускников. Именно поэтому одним из концептуальных направлений ФГОС стала профориентационная работа с учащимися общеобразовательных учреждений. В современных условиях быстро меняющейся экономической ситуации на рынке труда особенно остро встает проблема помощи учащимся в осознанном выборе профессии, влияния на степень их информированности о рынке труда и образовательных услуг, на мотивационную сферу. Наиболее актуальным при реализации этого направления ФГОС является компетентностный подход, который в школьном образовании понимается как ориентация образовательной практики на развитие

такого интегрального качества личности, как способность и готовность ученика решать проблемы, типичные и нетрадиционные задачи, возникающие в актуальных для него жизненных ситуациях, с использованием ценностей, способностей, образовательного и жизненного опыта. Данная программа предпрофильной подготовки разработана с учетом всех перечисленных выше направлений на основе компетентного подхода в образовании.

**Цель программы:** формирование психологической готовности подростка к выбору профиля обучения и профессиональной деятельности, формирование компетенций школьника, необходимых для решения практико-ориентированных задач, возникающих на протяжении всей его жизни, связанных с профессиональной ориентацией и социализацией.

**Для достижения цели необходимо решение следующих задач:**

- обучающих:

- развитие познавательного интереса учащихся;
- приобретение метапредметных образовательных результатов, связанных с построением профессиональных образовательных маршрутов;

- воспитательных:

- формирование общественной активности;
- формирование ответственности за результаты своей деятельности;
- воспитание уважительного отношения к людям различных профессий и результатам их труда.

- развивающих:

- развитие личностных способностей: технического мышления, пространственного воображения, творческих, интеллектуальных, коммуникативных и организаторских способностей;

- формирование потребности в самопознании и саморазвитии;

- профессионально-ориентационных:

- получение опыта практической деятельности учащихся для дальнейшего осознанного профессионального самоопределения;
- формирование умения адаптироваться к изменяющимся условиям профессиональной среды.

### **Планируемые результаты обучения**

**Личностные результаты** освоения программы предпрофильной подготовки должны отражать:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, формирование уважительного отношения к труду, развитие опыта участия в социально значимом труде;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, духовное многообразие современного мира;

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, гражданской позиции, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты освоения программы должны отражать универсальные учебные действия: **регулятивные, познавательные и коммуникативные.**

**Регулятивные:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора.

**Познавательные:**

- умение создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи,
- умение строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы.

**Коммуникативные:**

- умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе,
- находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов сторон;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

**Предметные результаты:**

- знакомство учащихся с основами психологии личности;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;
- формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- выявление требований, предъявляемых профессиями к физической форме и состоянию здоровья человека;
- выбор профиля обучения;
- построение индивидуального профессионального маршрута.

**Учащиеся будут знать:**

- основы общей психологии, основные психологические термины;
- особенности личности человека и свои собственные;
- правила выбора профессии;
- требования к современному профессионалу;
- потребности современного рынка труда.

**Учащиеся будут уметь:**

- строить свои отношения с окружающими;
- отстаивать свои права конструктивным способом;
- на основе самодиагностики и знаний о мире профессий выбирать правильный профессиональный путь.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Количество часов в неделю – 1ч

Количество часов в год – 34ч

Общая тема	Тема четверти	Количество часов
«Профессиональное самоопределение»	1. Основы жизненного и профессионального самоопределения.	8
	2. Мир труда и профессий	9
	3. Человек и профессия	9
	4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении	8
Всего		34

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### «Профессиональное самоопределение»

#### **I раздел. Основы жизненного и профессионального самоопределения**

##### **Тема 1. Введение в курс «Профессиональное самоопределение».**

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Потребности человека.

Практическая работа: Классификация потребностей.

##### **Тема 2. Основы жизненного и профессионального самоопределения.**

##### **Смысл и цель жизни человека. Самооценка и уровень притязаний.**

Сущность и виды самоопределения человека. Самооценка, как формируется самооценка, как она влияет на успешность личности. 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.

Практическая работа: «Кто Я?», «Какой Я?».

##### **Тема 3. Сущность и структура профессионального самоопределения и развития.**

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

##### **Тема 4. Значение, ситуация и правила выбора профессии.**

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу – Могу – Надо». Требования к выбору профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

Практическая работа: Проведение диспута «Кем быть?». Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».

##### **Тема 5. Типичные ошибки при выборе профессии.**

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

Практическая работа: Решение ситуаций выбора профессии.

##### **Тема 6. Творческий проект «Мой выбор»: сущность и структура.**

Сущность проекта. Цель проектирования. Виды проектов. Цель, задачи и компоненты «Мой выбор». Основные разделы проекта: обоснование выбора профессии,

профессиограмма профессии, профессиональная проба, профессиональная пригодность, профессиональные намерения и карьера, план подготовки к приобретению профессии, готовность к профессиональному самоопределению.

**Тема 7. Обобщение по разделу «Основы профессионального и жизненного самоопределения».**

## **II раздел. Мир труда и профессий.**

**Тема 8. Профессия и специальность: происхождение и сущность.**

Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессии.

Практическая работа: дидактическая игра «Профессия, должность, специальность», викторина: «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

**Тема 9. Многообразие мира труда.**

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

**Тема 10. Классификация профессий. Формула профессии.**

Способы классификации профессий, их достоинства и недостатки. Классификационные признаки. Классификация профессий Е.А. Климова по предмету, цели, орудиям и условиям труда. Классы профессий. Отделы профессий. Группа профессий. Формула профессии и её роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.

Практическая работа: дидактическая игра «Классификация профессий».

**Тема 11. Профессиональная деятельность и карьера человека.**

Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Виды профессиональной этики. Профессиональная карьера, её формы. Структура плана профессиональной карьеры.

**Тема 12. Рынок труда и его требования к профессионалу.**

Сущность рынка труда и принципы его формирования. Безработица и причины её появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда Красноярского края. Знакомство с Атласом новых профессий».

**Тема 13. Обобщение по разделу «Мир труда и профессий».**

## **III раздел. Человек и профессия**

**Тема 14. Профессионально важные качества личности.**

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.

**Тема 15. Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии.**

Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Группы мотивов

выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

Практическая работа: определение склонностей учащихся к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).

### **Тема 16. Ценностные ориентиры и их роль в профессиональном самоопределении.**

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

Практическая работа: определение ценности учащихся с помощью методики «К чему стремятся люди в жизни».

### **Тема 17. Особенности психических процессов и выбор профессии.**

Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущения, восприятие, представление. Внимание, свойства внимания. Память, её 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.

### **Тема 18. Темперамент и выбор профессии.**

Темперамент, типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. Положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента. Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.

Практическая работа: определение типа темперамента по методике Айзенка (самодиагностика).

### **Тема 19. Характер и выбор профессии.**

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: Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

### **Тема 20. Роль способностей в профессиональной деятельности.**

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

Практическая работа: Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методик «Коммуникативные и организаторские способности» (КОС) и «Определение склонностей» по Методике Л.А. Йовайши.

### **Тема 21. Тип личности и выбор профессии.**

Понятие типизация. 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.

Практическая работа: выявление типа личности по методике ДЖ. Холланда.

### **Тема 22. Здоровье и выбор профессии.**

Понятие здоровья. Учёт 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 здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль режима дня и активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.

Практическая работа: Выявление учащимися особенностей своего здоровья по методике карта здоровья.

### **Тема 23. Профессиональная пригодность и самооценка.**

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ – Я», как система представлений о себе. Структура «Образа – Я»: знания о себе, оценка себя, 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 – концепции». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

Практическая работа: тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалёв.

### **Тема 24. Обобщение по разделу человек и профессия.**

#### **IV Раздел. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении**

### **Тема 25. Анализ профессиональной деятельности.**

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

Практическая работа: разработка профессиограммы предполагаемой профессии.

### **Тема 26. Профессиональные пробы и творческие проекты.**

Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении. Содержание профпроб по типам профессий. Этапы выполнения и уровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профпроб.

Практическая работа: игра «Человек-профессия»

### **Тема 27. Профильное обучение предпрофильная подготовка.**

Цель, задачи и содержание профильного обучения старшекласников. Структура содержания профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по выбору. Профили обучения. Цели и задачи предпрофильной подготовки выпускников школы.

### **Тема 28. Пути получения профессионального образования.**

Профессиональное образование. Профессиональное образовательное учреждение. Система профессиональной подготовки кадров: училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, институт, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.

### **Тема 29. Профессиональная консультация.**

Сущность, цели и задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональной консультации. Подготовка к профессиональной консультации.

Практическая работа: Игра «Профессиональное консультирование».

### **Тема 30. Профессиональное саморазвитие и самовоспитание.**

Человеческие ресурсы. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приёмы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания. Практическая работа: составление личного профессионального плана (ЛПП).

**Тема 31. Готовность к профессиональному самоопределению. Принятие решения о профессиональном выборе.**



Готовность к профессиональному самоопределению. Показатель готовности к профессиональному самоопределению, её уровни. Принятие решения о профессиональном выборе.

Практическая работа: заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.

**Тема 32. Обобщение по разделу «Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении».**

**Тема 33. Творческий проект «Мой выбор»: «Моя будущая профессия, мой дальнейший маршрут».**

Цель и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта. Требование к оформлению. Порядок проведения защиты. Критерии оценивания. Ознакомление с примерами творческих проектов.

**Тема 34. Защита творческих проектов «Мой выбор»: «Моя будущая профессия, мой дальнейший маршрут».**

### **СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ**

Основными формами контроля знаний учащихся являются практические работы, которые являются проверочными после изучения основного материала в разделах. Кроме того, контроль предусматривает опрос учащихся по изученной теме, закрепление пройденного материала, самостоятельные и проверочные работы, работы по карточкам, сообщения учащихся, выполнение презентаций, диалог, выполнение компетентностно-ориентированных заданий, участие в играх и викторинах по окончании четверти и года.

### **УЧЕБНО\_МЕТОДИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ**

1. Асмолов А. Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия – к мысли. Система заданий. Пособие для учителя. (Стандарты второго поколения). – М.: Просвещение, 2011. – 159 с
2. Методическое пособие Г.В. Резапкина «Технология. Профессиональное самоопределение. Личность. Профессия. Карьера», 2021г.
3. Пряжников Н.С., Румянцева Л.С. Самоопределение и профессиональная ориентация учащихся. – М.: Издательский центр «Академия», 2013 – 208 с.

### **Электронные ресурсы**

1. <https://krasnoyarsk.ucheba.ru/for-abiturients/college> – портал средних профессиональных учебных заведений;
2. <http://www.metodkabi.net.ru> – методический кабинет по профориентации;
3. <http://vse-professii> – справочник профессий;
4. <https://new.atlas100.ru/> - Атлас профессий