

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Мой выбор»

В современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников общеобразовательных учебных заведений. Его важнейший аспект - организация сопровождения профессионального самоопределения учащихся с учётом их способностей и интересов, а также потребностей общества. Идея программы - формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего.

Личностные УУД:

- потребность повышать свой культурный уровень, самореализовываться в разных видах деятельности;
- 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;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

Регулятивные УУД:

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные УУД:

- 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;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные УУД:

- 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;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

К концу освоения программы учащиеся научатся:

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

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

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

Третий уровень результатов – получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественно полезного действия, формирование у подростка социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественно полезном действии человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных профессиональных и социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

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

- на первом уровне профориентация приближена к обучению, при этом предметом профориентирования как учения являются не столько теоретические знания, сколько знания о ценностях;
- на втором уровне профориентация осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных профессионально ориентированных поступков;
- на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в

профессионально ориентированной, социально значимой деятельности и приобретения ими элементов опыта трудового творческого сотрудничества и общественно полезного труда.

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

Формы достижения результатов: познавательные беседы, инструктажи, социальные пробы, поездки, экскурсии. трудовые десанты, социально-значимые акции в классе, школе. исследовательские работы, социально-значимые акции в социуме (вне ОУ)

Формы контроля:

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме.
 2. По итогам курса обучающиеся выполняют самостоятельную работу – творческое эссе по теме: «Кем и каким я хочу стать»
 3. В рамках курса предполагается организовать проектную деятельность учащихся.
- Итоги учёта знаний, умений, овладения обучающимися универсальных учебных действий подводятся посредством листов педагогических наблюдений, опросников. Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Мой выбор» с указанием форм организации и видов деятельности

Первый год обучения

1. Введение (5 часов)

Знакомство с миром профессий. Составление личного профессионального плана.

Определить: ценностные ориентации, уровень самооценки и притязания, интересы и склонности в выборе профессии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

2. Классификация профессий по Климову. (1 час)

Отвечаем на вопросник Климова. Типы профессий (построение таблицы): Ч-Ч, Ч-Т, Ч-П, Ч-ХО, Ч-Э.

Вид деятельности: анкетирование.

Форма организации: практическое занятие

3. Концепция индивидуальности Голланда. (1 час).

«Какой у вас характер?», «Шкала значимости эмоций», «Эмоциональная направленность личности», «Тип ригидности психологической установки», «Тест Голланда»

Вид деятельности: тестирование.

Форма организации: практическое занятие

4. Выбор профессии (6 часов)

Изучить правила выбора профессии, ошибки и затруднения при выборе профессии. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Как готовить себя к будущей профессии? На работу устраиваемся по правилам. «Быть нужным людям...»

Вид деятельности: беседа, тестирование.

Форма организации: групповая дискуссия, практическое занятие

5. Профессии моего рода. (3 часа)

Рассказать кем работают мои родные. «Мои родители хотят, чтобы я был похож на...и работал.....»

Вид деятельности: рассказ.

Форма организации: групповая дискуссия.

6. Анализ профессий (1 час)

Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым.

Вид деятельности: беседа, тестирование.

Форма организации: практическое занятие

7. Что такое профессиограмма? (1 час)

Знакомство с профессиограммами.

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: групповая дискуссия.

8. Учебные заведения (1 час)

В каких учебных заведениях можно получить профессию?

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: групповая дискуссия.

9. Практическая работа (3 часа)

Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия». Сочинение «... - это призвание!»
Исследование «Необычная творческая профессия».

Вид деятельности: письменный рассказ, тестирование.

Форма организации: практическое занятие.

10. Рабочие профессии. (2 часа)

Изучить жизненно важные профессии, профессии охраняющие общественный порядок.

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: групповая дискуссия.

11. Встреча с интересной личностью. (2 часа)

Великие личности нашей страны и путь их становления.

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: групповая дискуссия.

12. Творческое задание (1 час)

Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»

Вид деятельности: письменный рассказ.

Форма организации: практическое занятие

13. Экскурсия на предприятия нашего города. (3 часа)

Отчет о посещении предприятий.

Вид деятельности: информация.

Форма организации: экскурсия.

14. Пресс-конференция (2 часа)

Подготовка к пресс- конференции. «Представим, что я...». Итоговая пресс-конференция «Мир профессий».

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: практическое занятие

15. Творческий проект (1 час)

"Моя будущая профессия"

Вид деятельности: сочинение

Форма организации: практическое занятие

16. Итоговое занятие (1 час)

Рефлексия.

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: групповая дискуссия.

Второй год обучения

1. Трудом славен человек (1 час)

Знакомство с различными профессиями благодаря просмотру м/м презентации. Групповая работа учащихся по выбору понравившейся профессии. Сбор и предоставление расширенной информации о выбранной профессии благодаря дополнительным источникам.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

2. Учеба - твой главный труд. (1 час)

Пресс-конференция с учителями школы по теме, составление учащимися в группах памятки «Успешное обучение- мое стремление!».

Вид деятельности: общение.

Форма организации: практическое занятие.

3. Человеческие возможности (1 час)

Знакомство и просмотр фильма ВВС «Человеческие возможности». Аналитическая беседа с учащимися по увиденному материалу.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

4. Способности к запоминанию (2 часа).

Общее представление о памяти, ее видах, процессах. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. Знакомство с приемами запоминания и возможностями развития памяти. Выполнение упражнений на развитие памяти, разучивание стихотворений и их воспроизводство на уроке (конкурс – «Кто лучше запоминает?»).

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

5. Способность быть внимательным (2 часа).

Представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Значение наблюдательности как профессионально важного качества. Выполнение упражнений с учащимися на развитие внимания при помощи м/м презентации. Проведение игры «Выбери лишнее!».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

6. Волевые качества личности (2 часа).

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

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

7. «Узнаю, думаю, выбираю» (1 час)

Практическая работа с методиками: «Визитка», «Тебе подходят профессии», «Узнай профессию».

Вид деятельности: учение.

Форма организации: практическое занятие.

8. Беседы о конкретных профессиях (2 часа)

Приглашение и беседа с врачом-педиатром и библиотекарем. Конструктивный диалог учащихся с приглашенными гостями, возможность более глубокого погружения в данные профессии учащимися, возможность задать интересующие детей вопросы и получить на них профессиональные ответы.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: Встреча с врачом-педиатром и библиотекарем.

9. Классификация профессий (1 час).

Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Знакомство с профессиограммами.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

10. Профессия и современность (2 час)

Экскурсия в пекарню. Знакомство учащихся с профессией булочника-хлебопека и кондитера. Аналитическая беседа по окончанию экскурсии.

Вид деятельности: беседа.

Форма организации: Экскурсия в пекарню.

11. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей (2 часа)

Встречи с родителями. Интервью. Анкетирование.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: встреча с людьми интересных профессий.

12. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? (1 час)

Проведение викторины на знание и выбор профессии. Составление синквейна учащимися на тему «Моя любимая профессия».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: викторина, практическое занятие.

13. Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?» (2 часа)

Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов.

Что такое склонности? Опросник Е. А. Климова. Составление совместно с учащимися примерной анкеты на выявление интересов школьников. Домашняя групповая работа учащихся – опрос другого 6-го класса на выявление интересов и предпочтения профессии. Знакомство с новыми профессиями, такими как: промоутер, имиджмейкер, девелопер, мерчендайзер. Исследовательская работа учащихся по нахождению этих профессий в дополнительных источниках информации.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

14. Темперамент и выбор профессии (1 час)

От чего зависит выбор профессии? Что такое темперамент? Опросник.

Знакомство с биографиями людей успешной карьеры: Гейтс Билл, Дисней Уолт, Шанель Коко, Федоров Святослав Николаевич. Выбор будущей профессиональной сферы. Известные люди региона.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

15. Здоровье и выбор профессии (2 часа)

Факторы здоровья при выборе профессии. Медицинские противопоказания при выборе профессии. «Анкета здоровья». Приглашение и беседа со школьной медицинской сестрой.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

16. Дело твоей жизни (2 часа)

«Я – это...». Выявление самооценки и планирование своего будущего.

«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» - «могу» - «надо». Подготовка учащимися проекта «Я бы смог стать...».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

17. Профессиональный тип личности (1 час)

Определение своего профессионального типа личности. Тест «Профессиональный тип личности».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: анкетирование, практическое занятие.

18. Ошибки при выборе профессии (1 час)

Просмотр видеоролика «Типичные ошибки». Аналитическая беседа с учащимися после просмотра. Составление памятки «Не допустим ошибок при выборе профессии!».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

19. Человек среди людей (2 часа)

Межличностные отношения и их значение в профессиональной деятельности. Коммуникативные умения и навыки. Конфликты и возможности различных тактик поведения. Проведение урока-игры на свежем воздухе «Живем вместе».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: ролевая игра, практическое занятие.

20. Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (1 час)

Проведение игры-викторины «По одежке встречают, по уму провожают».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: ролевая игра, практическое занятие.

21. Природа – это наши корни, начало нашей жизни (1 час)

Проведение экологической игры совместно с учителем по биологии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: игра, практическое занятие.

22. Творческий урок (1 час)

Совместная разработка плана проекта «Моя будущая профессия». Обсуждение в группах наиболее успешного плана и возможности его реализации.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

23. Практическая работа (2 часа)

Презентация проектов учащимися «Моя будущая профессия». Дискуссия между ними по разработанным проектам.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

Третий год обучения

1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека. (1 часа)

Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”.

Вид деятельности: групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

2. Мир профессий. (1 часа)

Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность.

Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика “Матрица профессий”.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

3. Работа с профессиограммами (занятие с элементами практикума). (2 часа)

Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”. Опросник ДДО Климова, Карта интересов.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

4. Классификация профессий (5 часов)

Профессия типа “Человек – техника”. Профессия типа “Человек – природа”. Профессия типа “Человек – знаковая система”. Профессия типа “Человек – человек”. Профессия типа “Человек – художественный образ”.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

5. Пути получения профессии. (1 час)

Формы обучения.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

6. 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.

Вид деятельности: групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

7. Свойства нервной системы и темперамент. (2 час)

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.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

8. Познавательные процессы. Память. Внимание. Мышление. (6 часов)

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания. Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Изучение индивидуальных особенностей внимания: “Тест Э.Ландольта”. Приемы развития внимания. Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

9. Эмоциональное состояние личности. (2 час)

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

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: диагностика, практическое занятие.

10. Саморегуляция. (1 час)

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

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: анкетирование, практическое занятие.

11. 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”.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

12. Первый шаг на пути к профессии. (1 час)

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

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

13. 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.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

14. Мотивы и основные условия выбора профессии. (1 час)

“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

15. Что требует профессия от меня? (1 час)

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

Вид деятельности: групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

16. Перспективы профессионального старта. (1 час)

Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: ролевая игра, практическое занятие.

17. Составление плана профессионального самоопределения. (1 час)

Алгоритм принятия решения

Вид деятельности: беседа

Форма организации: практическое занятие.

18. 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.

Вид деятельности: групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

19. Подготовка к будущей карьере. (1 час)

Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: ролевая игра.

20. Профориентационная игра (1 час)

Детско-родительская профориентационная игра-проект “Выбор профиля”.

Вид деятельности: игра

Форма организации: практическое занятие.

21. Итоговое занятие “Перелистывая страницы”. (2 часа)

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

Вид деятельности: групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

Четвертый год обучения

1. Вводное занятие. (1 час)

Анкета «Планы на ближайшее будущее».

Теоретические сведения Цели и содержание курса. Специфика занятий.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: анкетирование, практическое занятие.

2. Самооценка и уровень притязаний. (1 час)

Методика самооценки индивидуальных возможностей, карта интересов, опросник профессиональной готовности.

Вид деятельности: индивидуальная

Форма организации: опросник, практическое занятие.

3. Темперамент и профессия. Определение темперамента. (1 час)

Методика выявления стержневых черт характера. Уровень развития волевых качеств.

Внутренний мир человека и возможности его познания. Теоретические сведения.

Темперамент. Особенности проявления основных типов темперамента в учебной и профессиональной деятельности.

Вид деятельности: беседа

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

4. Чувства и эмоции.. (1 час)

Ведущие отношения личности: к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру. Эмоциональные состояния личности. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

5. Стресс и тревожность. (1 час)

Работоспособность. Психология принятия решения. Диагностические процедуры: анкета здоровья, тепнинг-тест, опросник Айзенка, ориентировочная анкета, опросники «Беспокойство-тревога», «Какая у меня воля».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

6. Определение типа мышления. (1 час)

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

7. Внимание и память (1 час)

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания.

Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявление особенностей внимания личности.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

8. Уровень внутренней свободы. (2 часа)

Мой психологический портрет.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

9. Классификация профессий. (2 часа)

Признаки профессии. Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессии.

Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

Определение типа будущей профессии. Характеристика профессий типа «человек – человек». Подтипы профессий типа «человек – человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек – человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – человек». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – техника». Подтипы профессий типа «человек – техника». ПВК профессий типа «человек – техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – техника». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – знаковая система». Подтипы профессий типа «человек – знаковая система». ПВК профессий типа «человек – знаковая система». Анализ

характеристик профессий различных подтипов типа «человек – знаковая система».
Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – природа». Подтипы профессий типа «человек – природа». ПВК профессий типа «человек – природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – природа». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – художественный образ». Подтипы профессий типа «человек – художественный образ». ПВК профессий типа «человек – художественный образ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – художественный образ». Профессиональные пробы.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

10. Формула профессии. (2 часа)

Профессия, специальность, должность. Классификация профессий. Цели труда. Классификация профессий по Е.А. Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А. Климова. Профессиограмма: подробное описание профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Анкета: «Карта интересов»; упражнение: «Проверка устойчивости своих интересов»; дискуссия: «Как вы относитесь к идее испытания способностей?».

Вид деятельности: дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

11. Определение профессионального типа личности. (2 час)

Тесты: «Определение направленности личности», «16-факторный опросник Р. Кеттелла».

Профессионально важные качества.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

12. Профессия и здоровье. (1 час)

Здоровье и профессия. Профессиональная пригодность. Показатели профессиональной пригодности: успешность и удовлетворенность. Степени профессиональной пригодности: непригодность, пригодность, соответствие, призвание. Причины ошибок и затруднений в выборе профессии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

13. Моя будущая профессия. (1 час)

Написать сочинение: «Моя будущая профессия»

Вид деятельности: групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

14. Способности общие и специальные. (7 часов)

Способности к практическим видам деятельности. Три признака понятия по Б. М. Тепловой. Общие и специальные способности. Формирование способностей. Взаимосвязь задатков и способностей. Интересы (содержание, широта, длительность, глубина). Интересы и склонности. Влияние интересов, склонностей и способностей на выбор профессии. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности. Уровни профессиональной пригодности. Мои способности.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

15. Мотивы и потребности. (2 часа)

Ошибки в выборе профессии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

16. Современный рынок труда. (2 часа)

Прогноз потребности в профессиях. Современный рынок труда. Работодатель и работник.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

17. Пути получения профессии. (1 час)

Матрица профессионального выбора.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

18. Навыки самопрезентации. (3 час)

Проба написания обучающимися личных резюме. Составление «Программы самовоспитания для предполагаемой будущей профессии»(с дискуссионным обсуждением программ).

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

19. Стратегии выбора профессии. (1 час)

Сочинение «Если бы я был губернатором/президентом?»

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

20. Итоговое занятие. (1 час)

Составить личный профессиональный план.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

Пятый год обучения

I. Профориентация: от сбора информации до выбора профессии.

1. «Что изучает профориентация». (1 час)

Дать представление о понятиях «профориентация», «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Учить пользоваться понятийным аппаратом на уроках и повседневной жизни. Воспитывать интерес к теме выбора профессии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

2. «Рынок образовательных услуг и рынок труда в Кемеровской области». (2 часа)

Знакомятся с понятием «образовательная карта». Узнают о средне профессиональных и среднетехнических училищах, высших учебных заведениях. Основные понятия о рынке труда и учебных мест. Узнают об основных работодателях на территории Кемеровской области. «Образовательная карта учебных заведений региона. Наиболее востребованные профессии в нашем городе. Перечень учебных заведений.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

3. «Кто Я или что Я думаю о себе». (1 час)

Научить подростков выделять важные вопросы, необходимые для выбора будущей профессии (Кто я? Чего хочу? Что могу?). Развивать способность адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

4. «Классификация профессий». (3 часа)

Классификация профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Профессиограмма. Зарубежная классификация профессий по Дж.Холланду. «Формула профессии. Анализ профессии». Понятие «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Понятийный аппарат на уроках и повседневной жизни. «Практическая работа по анализу профессии».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

5. «Здоровье и выбор профессии». (1 час)

Особенности своего здоровья и требований, предъявляемых профессией.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

6 «Роль темперамента в выборе профессии». (1 час)

Беседа о типах темперамента. Карточки с описанием типов ВНД по Кречмеру. Карточки с описанием типов по И.П. Павлову. Классификация профессий К.М. Гуревича по признаку их абсолютной или относительной профпригодности. Игра «Угадай профессию».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

7. «Характер и моя будущая карьера». (1 час)

Упражнение «Что я испытываю, выбирая профессию?» Упражнение «Знакомьтесь, Профессия...». Беседа о формировании характера и его влиянии на выбор профессии.

Модель способностей человека. Лист рефлексии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

8. «Структура выбора профессии». (2 часа)

Интересы и выбор профессии. Структура мотивации по А.Маслоу. Понятийный аппарат. Результаты исследований учащегося.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

9. «Я – концепция или «теория самого себя». (1 час)

Упражнение «Комплимент». Беседа о Я – концепции человека. О том, как формируется «теория самого себя» и как она влияет на выбор профессии. Модель самооценки человека Методика «Самооценка» Л.И. Маленковой (*Человековедение, М. ТОО «Интел Тех», 1993*). Методика исследования самооценки Я.Л.Коломинского, А.А.Реана . Упражнение «Ты лучший!»

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

10. Практическая диагностика (1 час)

«Ошибки в выборе профессии». Анкета. Перечень типичных ошибок. Карточки с примерами ошибок в выборе профессии.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

11. «Человеческие возможности при выборе профессии. (6 часов)

Способность быть внимательным. Способности к запоминанию». Сообщение о психологическом процессе «память», его Ф.О., видах. Профессиограммы с указанием требований к памяти. Сообщение о психологическом процессе «внимание», его Ф.О., видах. Профессиограммы с указанием требований к вниманию. Упражнения на развитие внимания. Упражнения на развитие памяти. Способность оперировать пространственными представлениями». Схема видов мышления человека. Перечень профессий, предъявляющий высокие требования к образному мышлению человека. Упражнения на развитие образного мышления. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности». Понятие «барьеры», «гибкость мышления». Упражнения на преодоление барьеров в познавательной деятельности. «Человек среди людей. Способность к коммуникации». Материалы книги А. Пиза «Язык телодвижений». Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС. Тест «Изучение коммуникативных и организаторских способностей (КОС)».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

12. Деловая игра «Кадровый вопрос». (1 час)

Сценарий игры «Кадровый вопрос».

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: игра, практическое занятие.

13. «Стратегия выбора профессии». (1 час)

Упражнение «Стратегический жизненный анализ». Упражнение «Оперативный жизненный анализ». Упражнение «Тактический жизненный анализ». Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

II. Профессиональные маршруты

14. «Твой профильный класс». (1 час)

Документы, регламентирующие профильное обучение в школе.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

15. «О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1 час)

Анкета на выявление предпочтений, учащихся в выборе профиля обучения.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: анкетирование, практическое занятие.

16. Диагностика. (3 часа)

- Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация»; - Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Тест «Карта интересов». - Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра. 2 часа

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: тестирование, практическое занятие.

17. «Лестница карьеры». (1 час)

Беседа о понятии «карьера». Схема видов карьерного роста. Варианты плана карьеры.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

18. «Резюме». (3 часа)

Схема написания резюме. Варианты резюме. Практическая работа по написанию резюме.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

III. Профконсультирование

19. Предпочтения и трудности в выборе профессии. (2 часа)

«О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения». «О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения». Протоколы индивидуальной консультации.

Вид деятельности: беседа, групповая дискуссия

Форма организации: практическое занятие.

20. Итоговый урок. (1 час)

Эссе «Мой выбор – моя судьба».

Вид деятельности: беседа

Форма организации: практическое занятие.

3. Тематическое планирование

Первый год обучения (5 класс)

№ п/п	тема	Общее кол-во часов
1	Введение. Знакомство с миром профессий.	1
2	Мои личные профессиональные планы.	1
3	Ценностные ориентации.	1
4	Самооценка и уровень притязаний.	1
5	Интересы и склонности в выборе профессии.	1

6	Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова.	1
7	Концепция индивидуальности Голланда.	1
8	Правила выбора профессии.	1
9	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	1
10	Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода.	1
11	Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым	1
12	Что такое профессиограмма?	1
13	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1
14	На работу устраиваемся по правилам	1
15	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»).	1
16	« Быть нужным людям...»	1
17	Сочинение – рассуждение « Самая нужная профессия».	1
18	Как готовить себя к будущей профессии?	1
19	Исследование « Необычная творческая профессия».	1
20	Сочинение « ... - это призвание!»	1
21	Рабочие профессии.	1
22	Жизненно важная профессия.	1
23	Профессия, охраняющая общественный порядок.	1
24	Встреча с интересной личностью.	1
25	Великие личности нашей страны и путь их становления.	1
26	«Мои родители хотят чтобы я был похож на....и работал.....»	1
27	Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»	1
28	Экскурсия на предприятия нашего района	2
29	Отчет о посещении предприятий.	1
30	Подготовка к пресс- конференции. «Представим, что я...»	1
31	Итоговая пресс-конференция «Мир профессий»	1
32	Творческий проект «Моя будущая профессия»	1
33	Итоговое занятие рефлексия	1
	итого	34

Второй год обучения (6 класс)

№ п/п	тема	Общее кол-во часов
1	Трудом славен человек.	1
2	Учеба твой главный труд.	1
3	Человеческие возможности.	1
4	Способности к запоминанию.	2
5	Способность быть внимательным.	2
6	Волевые качества личности.	2
7	«Узнаю, думаю, выбираю» Практическая работа «Визитка»	1
8	Беседы о конкретных профессиях	2
9	Классификация профессий	1
10	Профессия и современность	2
11	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей	2
12	Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?	1

13	Интересы и выбор профессии «Кто я и что я думаю о себе»	2
14	Темперамент и выбор профессии	1
15	Здоровье и выбор профессии	2
16	Дело твоей жизни.	2
17	Профессиональный тип личности	1
18	Ошибки при выборе профессии.	1
19	Человек среди людей	2
20	Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают» (игра-викторина)	1
21	Природа – это наши корни, начало нашей жизни (экологическая игра)	1
22	Творческий урок (разработка проектов «Моя будущая профессия»)	1
23	Практическая работа(презентация и защита индивидуальных проектов «Моя будущая профессия»)	2
	итого	34

Третий год обучения (7 класс)

№ п/п	тема	Общее кол-во часов
1	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	1
2	Мир профессий.	1
3	Знакомство с профессиограммами	2
4	Профессия типа “Человек – техника”.	1
5	Профессия типа “Человек – природа”.	1
6	Профессия типа “Человек – знаковая система”.	1
7	Профессия типа “Человек – человек”.	1
8	Профессия типа “Человек – художественный образ”.	1
9	Пути получения профессии.	1
10	Кто я, или что я думаю о себе.	1
11	Свойства нервной системы и темперамент.	2
12	Память.	2
13	Внимание.	2
14	Мышление.	2
15	Эмоциональное состояние личности.	2
16	Саморегуляция.	1
17	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	1
18	Первый шаг на пути к профессии	1
19	Современный рынок труда и его требования	1
20	Мотивы и основные условия выбора профессии	1
21	Что требует профессия от меня?	1
22	Перспективы профессионального старта	1
23	Составление плана профессионального самоопределения	1
24	Построение образа профессионального будущего.	1
25	Подготовка к будущей карьере.	1
26	Детско-родительская профориентационная игра-проект “Выбор	1

	профиля”	
27	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.	2
	итого	34

Четвертый год обучения (8 класс)

№ п/п	тема	Общее кол-во часов
1	Вводное занятие	1
2	Самооценка и уровень притязаний	1
3	Темперамент и профессия. Определение темперамента	1
4	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	1
5	Стресс и тревожность	1
6	Определение типа мышления	1
7	Внимание и память	1
8	Уровень внутренней свободы	1
9	Мой психологический портрет	1
10	Классификация профессий. Признаки профессии	1
11	Определение типа будущей профессии	1
12	Профессия, специальность, должность. Формула профессии	1
13	Интересы и склонности в выборе профессии	1
14	Определение профессионального типа личности	1
15	Профессионально важные качества	1
16	Профессия и здоровье	1
17	Моя будущая профессия	1
18	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1
19	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1
20	Способности к профессиям социального типа	1
21	Способности к офисным видам деятельности	1
22	Способности к предпринимательской деятельности	1
23	Артистические способности	1
24	Уровни профессиональной пригодности	1
25	Мои способности	1
26	Мотивы и потребности	1
27	Ошибки в выборе профессии	1
28	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях	1
29	Современный рынок труда. Работодатель и работник.	1
30	Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора	1
31	Навыки самопрезентации	1
32	Навыки самопрезентации. Резюме	1
33	Стратегии выбора профессии	1
34	Заключительный. Личный профессиональный план	1
	итого	34

Пятый год обучения (9 класс)

№	тема	Общее кол-
---	------	------------

п/п		во часов
1	Что изучает профориентация	1
2	Рынок образовательных услуг и рынок труда в Кемеровской области.	1
3	Образовательная карта учебных заведений региона.	1
4	Кто Я или что Я думаю о себе.	1
5	Классификация профессий	1
6	Формула профессии. Анализ профессии	1
7	Практическая работа по анализу профессии	1
8	Здоровье и выбор профессии	1
9	Роль темперамента в выборе профессии	1
10	Характер и моя будущая карьера	1
11	Практическая работа по самоанализу своих способностей	1
12	Я – концепция или «теория самого себя»	1
13	Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии».	1
14	Интересы и выбор профессии	1
15	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию.	1
16	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями.	1
17	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности.	1
18	Человек среди людей. Способность к коммуникации	1
19	Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС (коммуникативные и организаторские способности)	1
20	Деловая игра «Кадровый вопрос»	1
21	Стратегия выбора профессии	1
22	Твой профильный класс	1
23	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения.	1
24	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация».	1
25	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов».	1
26	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.	2
27	Лестница карьеры	1

28	Резюме.	1
29	Практическая работа по написанию резюме	1
30	Тренинг «Перекресток»	1
31	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения	1
32	О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения	1
33	Итоговый урок. Эссе «Кем и каким я хочу стать»	1
	итого	34