

Приложение №1 к ООП ООО

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей №373 Московского района Санкт-Петербурга «Экономический лицей»**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения лицей
№ 373 Московского района
Санкт-Петербурга «Экономический
лицей», протокол от 30.08.2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом по Государственному бюджетному
общеобразовательному учреждению лицей
№ 373 Московского района Санкт-Петербурга
«Экономический лицей» от 30.08.2023 № 120-од



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Выбираем свою профессию»**

9 класс

Составитель:

Шелохнева Л.Н.,
педагог-психолог

ГБОУ лицей №373 Московского
района Санкт-Петербурга

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Выбираем профессию» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (ред. 11.12.2020);
- Федеральной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370;
- Положения «О рабочей программе учебного предмета, курса государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицей № 373 Московского района Санкт-Петербурга «Экономический лицей».

Настоящая рабочая программа является составной частью основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ лицей №373 Московского района Санкт-Петербурга (содержательный раздел).

Место курса «Выбираем профессию» в системе основного образования определяется его познавательным и мировоззренческим значением, воспитательным потенциалом, вкладом в развитие способностей и познавательных интересов обучающихся.

Годовой курс рассчитан на 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю во второй половине дня, каждое занятие длится 35 минут.

При исследовании восприятия молодыми людьми своего будущего было выявлено, что особое место в структуре представлений молодежи о личном будущем занимают мотивы труда и профессиональной деятельности. И это не случайно, т.к. от правильности выбора профессии зависит не только возможность самореализации и самосовершенствования (что, безусловно, является одной из основных жизненных целей), но и социальный статус личности, и материальная обеспеченность (которая расширяет области самореализации и дает возможность полноценного физического и психологического восстановления), а также подходящий для данного субъекта темп и ритм жизни.

В выборе профессии существует ряд субъективных сложностей, связанных с недостаточным уровнем развития самосознания и самоопределения у молодых людей 15 – 17 лет и с их слабой осведомленностью, которые также могут привести к ошибкам при выборе профессии. Вот некоторые из них:

- Несвоевременность постановки проблемы;
- Неправильное понимание своей роли при выборе профессии;
- Отсутствие полной ориентировки при выборе профессии и недостаточные навыки работы с профориентационной литературой;
- Преоценка фактора престижности профессии;
- Неправильный прогноз развития событий и отсутствие связи между долгосрочными планами и принимаемым решением;
- Отсутствие представления о параметрах оптимального выбора;
- Низкий уровень критичности;
- Фрагментарное понимание собственной житейской ситуации;
- Наличие неадекватной самооценки;
- Недооценка «затрат» на достижение цели;
- Переоценка или недооценка риска, а также переоценка «цены» риска при выборе профессии и т.д.

Все вышеизложенное приводит к выводу о том, что профориентационная работа в школе обязательно должна проводиться, и что она должна осуществляться поэтапно,

начиная со средних классов – от интереса, через практическое включение в различные пробы в соответствующей области, к профессии.

Особенности программы

Настоящая программа представляет собой разработку цикла занятий по профориентации и является этапом профориентационной работы, осуществляемой в лицее.

(Здесь следует отметить, что поскольку речь идет о лицее, большая часть выпускников нацелена на поступление в ВУЗы. Поэтому профориентационная работа имеет свою специфику).

Работа по формированию интересов учащихся стартует с начальной школы, когда учащиеся знакомятся с профессиями родителей и посещают экскурсии на предприятиях, ориентированные на определенную возрастную категорию. С пятого класса начинается обучение по расширенной программе практически по всем предметам. Затем профориентационная работа реализуется в целом комплексе кружков и факультативных занятий, которые дают учащимся возможность попробовать свои силы в различных направлениях.

Для того, чтобы помочь подростку выбрать приоритетные направления, в конце седьмого класса проводится обязательное для всех тестирование – используется «Анкета интересов». Результаты тестирования обсуждаются с каждым учащимся индивидуально, ему даются подробные пояснения и рекомендации по выбору факультативов.

Кроме этого с учащимися проводятся беседы для ознакомления со спецификой предлагаемых занятий, организуются экскурсии в музеи и ВУЗы. Все это помогает им в выборе дальнейшего маршрута обучения.

Профориентационная работа в лицее помогает в решении еще одной важной проблемы – она является одним из факторов, снижающих тревожность в подростковом возрасте. Четкое определение цели и усиленная работа по приобретению знаний по своей будущей специальности, как показывает опыт работы со старшеклассниками, значительно снижает уровень подростковой тревожности.

Цикл предлагаемых занятий по профориентации проводится, как правило, в девятом классе. Это позволяет использовать полученные результаты не только для определения области дальнейшего обучения, но и дает возможность уже в 10 классе начать посещать подготовительные курсы в ВУЗах.

Занятия проводятся с группой учащихся 8 человек, так и индивидуально. Консультации проводятся индивидуально.

Учащиеся также могут выполнять исследовательские работы по тематике курса (примерные темы: «Ошибки, которые мы совершаем при выборе профессии», «Выбираю свою профессию» и др.).

Цель программы: Формирование у подростка уровня самосознания и самоопределения, достаточного для принятия решения о выборе профессии; обучение его стратегии поиска и навыкам работы с многообразием полученной информации и, в результате, стратегии принятия решения о выборе той или иной профессии или того или иного направления будущей деятельности.

Основные задачи программы:

- *Развивающие:*
 - Создать условия для активной целенаправленной деятельности в познании окружающей среды и самопознании – основы развития самосознания подростка;
- *Обучающие:*
 - Сформировать информационный блок, необходимый подростку для принятия решения о выборе направления деятельности;
 - Обучить подростка стратегии поиска направления деятельности и стратегии принятия решения с учетом его возможностей, интересов, стремлений и внешних обстоятельств.

- *Воспитательные*

– Способствовать формированию самоопределения подростка, основанного на стойких интересах и стремлениях, его мировоззрении, учитывающего его возможности и внешние обстоятельства и связанного с необходимостью выбора профессии;

Планируемые результаты освоения программы

<i>Личностные</i>	<i>Метапредметные</i>	<i>Предметные</i>
<p>- формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;</p> <p>- формирование мотивации к активной познавательной деятельности;</p> <p>- формирование способности к целеполаганию;</p> <p>- приобретение навыков самоорганизации, саморегуляции, рефлексии.</p> <p>- формирование системы ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции</p>	<p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое освоение методов познания; - совершенствование методов обработки информации; - формирование ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей; - приобретение первоначального личного опыта в здоровьесберегающей деятельности; <p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование и развитие произвольности поведения; - формирование способности адекватно оценивать себя, свои поступки, результаты своей деятельности; - приобретение опыта самостоятельного планирования, организации и осуществления учебной деятельности; - овладение подростком стратегией поиска направления деятельности и стратегией принятия решения с учетом его возможностей, интересов, стремлений и внешних обстоятельств <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приобретение опыта работы в группе; - практическое освоение морально-этических и психологических принципов общения и сотрудничества; - практическое освоение умений, составляющих 	<ul style="list-style-type: none"> - Овладение информацией о содержании курса; - формирование информационного блока, необходимого подростку для принятия решения о выборе направления деятельности; - формирование представлений о ключевых понятиях и методах психологии; - применение приемов развития психических функций для повышения успешности учебной деятельности; - освоение методов познания и их практическое применение в процессе овладения содержанием курса;

	<p>основу коммуникативной компетентности (действовать с учетом позиции другого, устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми, владеть нормами и техникой общения, выбирать адекватные стратегии коммуникации);</p> <p>- приобретения навыков асертивного поведения</p>	
--	--	--

Ведущий подход – гуманистическое направление

Принципы работы:

1. Уважение ребенка.
2. Эмпатия.
3. Конфиденциальность.

Содержание курса

Раздел I. Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха

Данный раздел является вводным в учебный курс и посвящен изучению причин возникновения профориентации, истории по созданию бюро по подбору профессий в России и за рубежом, особенностям профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.

1. Введение в курс. Из истории профориентации.

На занятии рассматривается история вопроса и три составляющие правильного выбора профессии.

2. Зачем нам нужна профориентация?

Целью занятия является формирование у подростка отношения к заключительному этапу профориентационной работы как к наиболее сложному и важному. Перед учащимися ставится цель, разъясняются задачи, разбираются способы их решения.

Раздел II. Мир профессий и его многообразие

Данный раздел посвящен изучению следующих терминов: «профессия», «должность», «профессиограмма». Раздел включает в себя ознакомление с требованиями к индивидуальным особенностям специалистов, с требованиями к профессиональной подготовке, медицинскими противопоказаниями и т.д. Раздел посвящен изучению классификации профессий.

Цель – научить молодого человека ориентироваться в мире профессий, познакомить с классификацией профессий Е.А. Климова.

Раздел III. Секреты выбора профессии

Данный раздел нацелен на изучение мотивов, внешних и внутренних социальных факторов выбора профессии. Также раздел посвящен рассмотрению типичных ошибок при выборе будущей профессии.

- 1. Мотивы и основные условия выбора профессии.*
- 2. Ошибки при выборе профессии.*

Раздел IV. На пути к самопознанию

Данный раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей учащихся

1. Хорошо ли я себя знаю?

Поговорим о своих сильных и слабых сторонах.

2. Свойства нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности.

На занятии дается определение темперамента, учащиеся знакомятся с теорией темперамента И.П.Павлова. Дается психофизиологическая характеристика типов темперамента, определяется роль темперамента при выборе профессии.

2. Актуальная самооценка и уровень притязаний.

Цель занятия – знакомство с понятиями актуальной самооценки и уровня притязаний, определение важности адекватной самооценки и умения регулировать уровень притязаний для достижения цели.

4. Эмоционально-волевые качества личности.

5. Стресс и способы выхода из стрессогенных ситуаций.

Раздел V. Профессиональная пригодность

Раздел нацелен на анализ взаимосвязи здоровья и выбора профессии, а также на изучение понятий «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность». Раздел включает рассмотрение специфических профессионально важных качеств для разных типов профессий. Также рассматривается вопрос об ограничениях профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

1. Здоровье и выбор профессии.

2. Что такое профессиональная пригодность?

3. Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

4. Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий.

Раздел VI. Современный рынок труда и его требования к профессионалу

Раздел посвящен определению рынка труда, его особенностям и модели. Спрос и предложение на рынке труда. Также к рассмотрению предлагаются темы самопрезентации, грамотному составлению резюме, успешному прохождению интервью (правила поведения на собеседовании).

В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные опросы и практические задания в форме эссе.

1. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах.

2. Имидж и этикет современного делового человека.

3. Самопрезентация. Правила поведения на собеседовании.

4. Резюме: структура и содержание.

Раздел VII. Возможности получения профессионального образования в России

В данном разделе акцентируется внимание на видах профессионального образования в России, а также на учебных заведениях начально, среднего, высшего профессионального образования в Липецкой области.

1. Виды профессионального образования в России.

2. Высшее профессиональное образование в Санкт-Петербурге.

3. Среднее профессиональное образование в Санкт-Петербурге.

4. Варианты образовательных маршрутов.

Раздел VIII. Ищем свою профессию

В данном разделе учащиеся проходят тестирование (батарея тестов), направленное на выявление профессиональных предпочтений и уровня развития способностей, необходимых для овладения профессией. По окончании тестирования по его результатам проводится индивидуальная консультация с выдачей рекомендаций.

Первое занятие

Цель – сбор первичной информации об учащемся, о его интересах.

Учащиеся заполняют «Анкеты оптанта», по которой проводится индивидуальное собеседование.

Второе занятие

Цель – первоначальное исследование склонностей и профессиональных интересов.

Используется опросник «Ориентация», разработанный городским центром профориентации молодежи Санкт-Петербурга. По результатам тестирования проводится индивидуальное собеседование.

Третье занятие

Цель – диагностика лабильности нервной системы. на уровне 2-й сигнальной системы.

Используется методика Козловой, коррелирующая с методикой Векслера, с успешностью в разных видах деятельности. Является показателем уровня интеллектуальной активности, готовности и умения обрабатывать информацию, т.е. готовности к дальнейшему обучению.

Четвертое – пятое занятия

Цель – выявление структуры темперамента, знание которого необходимо при выборе профессии.

Используется опросник Айзенка: подростковый вариант для девярых классов и взрослый вариант (101 вопрос) для десятых и одиннадцатых классов. Далее проводится групповая консультация, на которой дается описание особенностей представителей различных типов темперамента, затем даются индивидуальные пояснения каждому учащемуся.

Шестое – восьмое занятия

Цель – определение типа мышления и степени развития ряда функций и навыков, входящих в структуру различных профессий.

Для исследования используется тест общей профессиональной готовности ВЕТ (7 субтестов).

Девятое занятие

Цель – определение типа личности на основе характеристик темперамента;

Применяется тест Кейрси, разработанный в Калифорнийском университете (США).

В методике используются 4 диагностические шкалы:

- экстраверсии — интроверсии;
- интуиции — здравого смысла;
- думающих — чувствующих;
- планомерности – импульсивности

В результате определяется принадлежность испытуемого к одному из 16 типов личности, дается описание типологического портрета – информация, используемая для определения предпочтительной области профессиональной деятельности (дополнительный материал).

Десятое занятие

Цель – определение профессиональных склонностей, а также готовности к выполнению различного вида работ.

Применяется «Опросник общей профессиональной готовности» – ОПГ-6, разработанный Санкт-Петербургским городским центром профориентации молодежи. Используется для уточнения данных, полученных на втором занятии с помощью опросника «Ориентация», т.к. за время занятий взгляду учащихся могут претерпеть изменения.

Одиннадцатое занятие

Цель – определение профессионального личностного типа с помощью методики Д. Голланда.

Двенадцатое занятие

Далее по результатам тестирования проводится индивидуальное собеседование с учащимися и их родителями (1-2 академических часа).

Основные формы проведения занятий:

- Лекция с обратной связью;
- Анкетирование;
- Тестирование;
- Беседа;
- Анализ конкретных ситуаций;
- Консультирование.

Виды деятельности:

- познавательная

Тематическое планирование

№	Название темы	Всего часов
1.	Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха	2
2.	Мир профессий и его многообразие	1
3.	Секреты выбора профессии	2
4.	На пути к самопознанию	5
5.	Профессиональная пригодность	4
6.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	4
7.	Возможности получения профессионального образования в России	4
8.	Ищем свою профессию.	12
	ИТОГО	34

Методическое обеспечение образовательной программы

№ п/п	Тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1	Цель и задачи профориентации и способы их решения	Групповые	<u>Словесные:</u> лекция с обратной связью. <u>Эмоциональные:</u> поощрение.	Видео-материалы	Опросник.
2	Сбор первичной информации об учащемся	Групповые	<u>Практические:</u> анкетирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение.	«Анкета оптанта».	Анализ полученных результатов
3	Первоначальное исследование склонностей и профессиональных интересов.	Групповые	<u>Практические:</u> тестирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение, создание ситуации успеха.	Опросник «Ориентация»	Анализ полученных результатов
4	Диагностика лабильности н.с. на уровне 2-й сигнальной системы	Групповые	<u>Словесные:</u> лекция с обратной связью. <u>Практические:</u> тестирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение, создание ситуации успеха.	Тест: методика В.Т.Козловой «Интеллектуальная лабильность»	Обсуждение результатов тестирования
5 6	Выявление структуры темперамента	Групповые	<u>Словесные:</u> лекция с обратной связью. <u>Практические:</u> тестирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение.	Опросник Г.Айзенка	Анализ полученных результатов
7 8 9	Определение типа мышления и степени развития ряда функций и навыков, входящих в структуру различных профессий.	Групповые	<u>Словесные:</u> беседа. <u>Практические:</u> тестирование <u>Эмоциональные:</u> поощрение, создание ситуации успеха. <u>Социальные:</u> Создание ситуации взаимопомощи.	Тест общей профессиональной готовности ВЕТ (7 субтестов).	Анализ полученных результатов
10	Определение типа личности на основе характеристик темперамента;	Групповые	<u>Словесные:</u> беседа. <u>Практические:</u> тестирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение.	Тест Д. Кейрси	Обсуждение результатов тестирования
11	Определение профессиональных склонностей, а также готовности к выполнению различного вида работ.	Групповые	<u>Словесные:</u> беседа. <u>Практические:</u> тестирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение, создание ситуации успеха.	Опросник общей профессиональной готовности» – ОПГ-6	Анализ полученных результатов
12	Определение	Групповые	<u>Словесные:</u> беседа.	Методика	Анализ

	профессионально-го личностного типа		<u>Практические:</u> тестирование. <u>Эмоциональные:</u> поощрение, создание ситуации успеха.	Д. Голланда	полученных результатов
13	Собеседование с учащимися и их родителями	Индивиду- альные	<u>Словесные:</u> беседа. <u>Познавательные</u> опора на жизненный опыт. <u>Социальные:</u> создание ситуации взаимопомощи. <u>Эмоциональные:</u> поощрение, создание ситуации успеха.	Материалы тестирования	Анализ полученных результатов. Формирование информацион ной базы для принятия учащимся решения о выборе той или иной профессии или того или иного направления будущей деятельности