ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №174
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ИМЕНИ И.К. БЕЛЕЦКОГО

РАЗРАБОТАНА и ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы
№ 174 Центрального района Санкт-
Петербурга имени И.К. Белецкого.
Протокол от «31» августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы
№ 174 Центрального района Санкт-
Петербурга имени И.К. Белецкого
_____О.В. Финагина

Введено в действие с 01.09.2023 г.
приказом от «01» сентября 2023 г. №93

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы профессионального самоопределения»

Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Тютюник Оксана Алексеевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023

Пояснительная записка

Профессиональная ориентация представляет собой обоснованную систему социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических, производственно-технических мер, направленных на оказание помощи учащимся и молодежи в профессиональном самоопределении. Правильно выбранная профессия соответствует интересам и склонностям человека, находится в полной гармонии с призванием. В таком случае профессия приносит радость и удовлетворение.

Мир профессий очень подвижен, одни профессии уходят в прошлое, другие появляются. Школьники нуждаются в разносторонней информации о профессиях, в квалифицированном совете на этапе выбора профессии, поддержке и помощи в начале профессионального становления. Именно эту работу и могут организовать педагоги дополнительного образования.

Подготовка к выбору профессии важна еще и потому, что она является неотъемлемой частью всестороннего и гармоничного развития личности, и ее следует рассматривать в единстве и взаимодействии с нравственным, трудовым, интеллектуальным, политическим, эстетическим и физическим совершенствованием личности, то есть со всей системой учебно-воспитательного процесса. Таким образом, можно сделать вывод о том, что профориентация является важным моментом, как в развитии каждого человека, так и в функционировании общества в целом.

Программа разрабатывается в соответствии со следующими документами:

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273),

Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726

Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.

СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Актуальность данной программы

Профессиональная ориентация школьников - это важность воспитания высоконравственного, творческого, компетентного гражданина России, осознающего ценность науки, труда и творчества для человека и общества, мотивированного на образование и самообразование в течение всей своей жизни, подготовленного к осознанному выбору профессии, понимающего значение профессиональной деятельности для человека и общества, ее нравственные основы.

Отличительные особенности:

Каждое занятие имеет тематическое наполнение, связанное с рассмотрением определенной профессии. Учащиеся имеют возможность расширить свой кругозор, представления о мире профессий, а также исследовать свои способности применительно к

рассматриваемой профессии. Работа в объединении построена таким образом, что представляет возможность учащимся тренировать различные виды своих способностей. Ребенок становится заинтересованным субъектом в развитии своих способностей Программа «Основы профессионального самоопределения» помогает расширить представления учащихся о мире профессий и научить их исследовать свои способности применительно к рассматриваемой профессии. Данная программа является интегративной. Разнообразие организационных форм и расширение интеллектуальной сферы каждого учащегося обеспечивает рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение формы взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности.

Направленность программы

Программа кружка «Основы профессионального самоопределения» имеет **социально-педагогическую направленность.**

Программа кружка направлена на формирование у школьников практических и теоретических представлений о видах и формах профессиональной деятельности, посредством раскрытия особенностей различных видов и форм профессиональной деятельности, а также самопознания. Самопознание является этапом на пути профессионального самоопределения старшеклассников, способствуя в конечном счете их становлению как субъектов собственной деятельности (в частности, дальнейшего образования и профессиональной деятельности).

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся в возрасте 15 лет с целью их подготовки к выбору профессионального профиля обучения и дальнейшего построения профессионального плана.

Формы обучения – лекции, беседы, сюжетно-ролевые игры, тесты, анкетирование. В ходе лекций и бесед освещаются обозначенные темы занятий и актуализируются имеющиеся знания у учащихся. Тесты позволяют исследовать качества, способности, возможности каждого участника в соотнесении с различными профессиями. Сюжетно-ролевые игры дают возможность учащимся попробовать себя в различных ролях, достигнуть объективной самооценки, соотнести свои способности и желания с различными профессиями, расширить круг возможного выбора своего жизненного пути и профессионального определения.

Условия проведения занятий

Программа учитывает возрастные особенности учащихся, уровень их информированности в вопросах профессиональной ориентации, имеющиеся знания, полученные на уроках в школе. Гибкость программы позволяет проводить ее целенаправленно и эффективно с различной специализацией, применяя действенные формы и методы профориентации.

Объём и срок освоения программы:

Программа рассчитана на срок реализации 1 год в объёме 36 часов.

Режим занятий

Занятия проводятся один раз в неделю. Продолжительность занятия – 90 минут.

Цели программы:

- освоение технологических знаний, основ культуры созидательного труда, представлений о технологической культуре на основе включения учащихся в разнообразные виды трудовой деятельности по созданию личностно или общественно значимых изделий;

- овладение общетрудовыми и специальными умениями, необходимыми для поиска и использования технологической информации, проектирования и создания продуктов труда, ведения домашнего хозяйства, самостоятельного и осознанного определения своих жизненных и профессиональных планов; безопасными приемами труда;

- развитие познавательных интересов, технического мышления, пространственного воображения, интеллектуальных, творческих, коммуникативных и организаторских способностей;

- воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, целеустремленности, предприимчивости, ответственности за результаты своей деятельности; уважительного отношения к людям различных профессий и результатам их труда;

- получение опыта применения политехнических и технологических знаний и умений в самостоятельной практической деятельности.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

1. Формирование актуального для подростков “информационного поля” мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии;

2. Повышение уровня психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;

Воспитательные задачи:

1. Определение степени соответствия “профиля личности” и профессиональных требований, внесение корректив в профнамерения обучающихся;

2. Выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений;

Развивающие задачи:

1. Развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;

2. Формирование готовности к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязаний.

Ожидаемые результаты

- Развитие социально-трудовых компетенций в области профессионального самоопределения.
- Повышение интереса учащихся к самопознанию и саморазвитию.

Построение индивидуального профессионального плана.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

- о видах профессий и их особенности;
- о требованиях к профессиональной деятельности;
- о возможностях ПК, позволяющее самоопределиться с профессиональным выбором;
- ориентироваться в профессиях;
- осуществлять самоанализ развития своей личности;
- соотносить требования профессий к человеку и его личным качествам;
- использовать ПК для профессионального самоопределения;
- понятия профессии и карьеры;
- виды профессий и их особенности;
- классификацию профессий;
- требования к профессиональной деятельности.

Метапредметные результаты:

- информационно-коммуникативной деятельности;
- социально-трудовой навык;
- познавательно-смысловой деятельности;
- учебно-познавательной деятельности;
- профессионально-трудовым выбором.

Личностные результаты:

- ориентироваться в профессиях;
- осуществлять самоанализ развития своей личности;
- соотносить требования профессий к человеку и его личным качествам;
- определять круг профессиональной деятельности, соответствующий конкретному человеку;
- использовать ПК для профессионального самоопределения.

В результате изучения программы

Обучающиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личностного, профессионального плана;
- сущность основных понятий, относящихся к профориентации;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;

- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности, связанных с выбором профессии.

Обучающиеся должны уметь:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- использовать диагностические методики, направленные на выявление личностных особенностей, необходимых для профессионального самоопределения;
- составлять личный, профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности, навыки самопрезентации и уверенного поведения;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах в условиях современного рынка;
- классифицировать профессии, разделять понятия, относящиеся к профориентологической науке («профессия», «специальность» и др.);
- использовать сведения о путях получения информации о профессиональных учебных заведениях.

Учебно – тематический план

№ п/п	Наименование темы, раздела	Количество часов
1.	Сущность профессионального самоопределения.	2
2.	Внутренний мир человека и система представлений о себе	2
3.	Профессиональные интересы и склонности	2
4.	Способности, условия их проявления и развития	2
5.	Природные свойства нервной системы	4
6.	Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении	2
7.	Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении	2
8.	Профессиональные и жизненные планы	2
9.	Здоровье и выбор профессии	2
10.	Отрасли общественного производства	2
11.	Профессиональная проба	2
12.	Пути получения профессии	2
13.	Человек среди людей	2

14.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	4
15.	Творческий проект	2
	Итого	36

Содержание программы

1. **«Сущность профессионального самоопределения» -2 часа.**

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессий как форма фиксации данных по курсу «Технология. Основы профессионального самоопределения.» Практическая работа. Знакомство с дневником выбора профессии.

2. «Внутренний мир человека и система представлений о себе» -2 часа.

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.
Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний психологический мир человека. Методы изучения личности.
Практическая работа. Составление «дерева» психологических качеств личности.

3. «Профессиональные интересы и склонности». -2 часа

Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов.
Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения.
Диагностические процедуры. Карта интересов; опросник профессиональной готовности.
Развивающие процедуры. Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.

4. «Способности, условия их проявления и развития». -2 часа.

Понятия способности, задатки, талант, гениальность. Виды способностей. Представление о межличностных отношениях и их значении в профессиональной деятельности. Выявить уровень коммуникативных, организаторских, математических и интеллектуальных способностей учащихся. Раскрыть роль способностей в выборе профессии.

5. «Природные свойства нервной системы» - 4 часа.

Предприимчивость. Интеллектуальность. Ответственность. Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений. Развивающие процедуры. Характер, темперамент, сила, уравновешенность, подвижность нервных процессов. Общее представление о нервной системе и ее свойствах (сила, подвижность, уравновешенность). Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности.

Психологические состояния (монотонность, утомление, психическая направленность в ситуациях аварийности и риска) в трудовом процессе. Практическая работа тест «Айзенка».

6. «Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении». -2 часа.

Понятия восприятие, ощущение, представление, память, внимание, мышление. Виды психического процесса. Уровни: зрительной памяти, механического и смыслового запоминания, переключения внимания, распределения внимания и линейного глазомера. Тип мышления. Выявить ведущие профессиональные психологические особенности учащихся.

7. «Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении» - 2 часа.

Представление о себе и проблема выбора профессии.
«Образ «Я» как система представлений о себе. Структура «образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Диагностические процедуры. Методика «Кто я?». Развивающие процедуры. Методика «Произвольное самоописание» (с учетом модификации «я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального «я»).

8. «Профессиональные и жизненные планы» -2 часа.

«Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»)
«Хочу» — склонности, желания, интересы личности; «могу» — человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» — потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии.
Общее понятие о профессии, специальности, должности. Личный профессиональный план.
Практическая работа. Ответы на вопросы: какие три специальности относятся к одной профессии? К какой профессии относятся следующие специальности: хирург, стоматолог, терапевт, невропатолог? Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам (предлагается перечень профессий).

9. «Здоровье и выбор профессии» - 2часа.

Возможности личности в профессиональной деятельности
(«могу»). Понятие профпригодности. Профессионально важные качества. Активная роль личности при выборе профессии. Диагностические процедуры. Методика самооценки индивидуальных особенностей.

Практическая работа. Знакомство с описаниями профессий.

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы. Практическая работа. Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.

10. «Отрасли общественного производства» - 2 часа.

Анализ профессий.

10.1. Основные признаки профессиональной деятельности.

Предмет труда. Цели труда. Средства труда. Проблемность трудовых ситуаций. Коллективность процесса труда. Ответственность в труде. Условия труда. Формула профессии. Понятие о профессиограмме.

Практическая работа. Конкурс «Угадай профессию».

10.2. Классификация профессий.
Способы классификации профессий. Профессии типа «человек — человек», «человек—

техника», «человек — природа», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ». Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.

Практическая работа. Составление формул профессий.

11. «Профессиональная проба» - 2 часа.

Понятия профессиональная проба, профессиональная готовность.
Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности. Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека.
Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение. Практическая работа. Анализ личного профессионального плана.

12. «Пути получения профессии» —2 часа.

Система профессионально-технического образования. Типы профессиональных училищ, условия приема и обучения в них. Подготовка рабочих на производстве. Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения. Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов. Возможности квалификационного роста. Практическая работа. Письменная работа «Мой путь в профессию».

13. «Человек среди людей» — 2 часа.

Личность и межличностные отношения в группах. Лидерство. Совместная деятельность в трудовом коллективе. Психологическая совместимость людей. Принятие групповых решений. Виды общения. Конфликты, пути разрешения конфликтных ситуаций. Развивающие процедуры. Элементы социально-психологического тренинга (умение вести диалог, поведение в конфликтных ситуациях). Психотехническая игра «Угадай человека».

14. «Современный рынок труда и его требования к профессионалу»- 4 часа.

Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйственные ассоциации, объединения. Кооперация, аренда, индивидуальная трудовая деятельность.

Новый тип организации людей в производственной деятельности в условиях рыночной экономики. Самоокупаемость. Самофинансирование.

Рынок, его функции, структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок. Конкуренция. Конъюнктура рынка. Формирование рыночной инфраструктуры. Развитие предпринимательства. Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение). Прогнозирование состояния рынков рабочей силы.

15. «Творческий проект» – 4 часа.

Учебный план

№ урока / занятия п/п	Тема	Количество часов
Тема 1. Введение в предмет (4 часа)		
1–2	Цель, задачи и содержание курса	2
3–4	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека	2
Тема 2. Мой психологический портрет (6 часа)		
5-6	Кто я, или что я думаю о себе	2
7-8	Способности и профессиональная пригодность	2
8-9	Склонности и интересы в выборе профессии. Здоровье и выбор профессии	2
10-11	Природные свойства нервной системы.	2
12-13	Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении.	2
14-15	Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	2
Тема 3. Мир профессий (6 часов)		
16-17	Общий обзор классификации профессий. Формула профессий.	2
18-19	Профессиограммы. Виды профессиограмм. Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии.	2
20-21	Определение типа будущей профессии	2
Тема 4. Знакомство с профессией (16 часов)		
22-23	Технические и транспортные профессии.	2
24-25	Юридические, правоохранительные профессии.	2
26-27	Профессия информатики и связи.	2
28-29	Профессия сервиса и туризма.	2
30-31	Профессия науки и культуры.	2
32-33	Медицинские и педагогические профессии.	2
34-35	Экономические профессии	2
36-37	Рабочие профессии	2
38-39	Продовольственные и селькохозяйственые профессии.	2
40-41	Современные инженерные профессии	2
42-43	Навыки самопрезентации: резюме, портфолио, интервью. Куда пойти учиться.	2
44-45	Современный рынок труда и его требования. Стратегия выбора профессии и дальнейшего образовательного маршрута	2
Тема 5. Профессиональное самоопределение (8 часов)		

46-47	Проблема выбора профессии. Факторы, влияющие на выбор профессии в современных условиях. Выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» — «могу» — «надо».	2
48-49	Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»).	2
50-51	Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Профпригодность. Медицинские противопоказания.	2
52-53	Социальные проблемы труда, потребности рынка труда в кадрах («надо»).	2
54-55	Социальные проблемы труда, потребности рынка труда в кадрах («надо»).	2
56-57	Система профессионального образования.	2
58-59	Выбор учебного заведения.	2
60-61	Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.	2
Тема 6. Подготовка к будущей карьере (6 часов)		
62-63	Понятие карьеры. Этапы построения карьеры.	2
64-65	Профессиональный рост (построение карьеры по вертикали и горизонтали). Понятие штатного расписания и должности.	2
66-67	Построение личного профессионального плана.	2
68-69	Оформление документации(составление профильной карты учащихся)	2
Итоговое занятие (2 часа)		
70-72	Обобщение, контроль и коррекция знаний и видов учебной деятельности	2

Условия реализации программы кружка:

Для реализации программы кружка используется следующая материально-техническая база:

- кабинет информационных технологий, для поиска информации в интернете; выставочные стенды; мультимедиа – проектор; справочная литература, книги, словари, брошюры и др.

Методическое обеспечение. Тесты, ЭОР, литература профориентационного характера.

Формы и средства контроля: преобладающие формы контроля – опрос, беседа, работа в паре, работа в группе, практические работы, анкетирование, тестирование.

Ожидаемые результаты освоения программы кружка:

- устойчивая мотивация профессионального самоопределения и саморазвития; знания и представления о психологических основах принятия решения в целом и выборе профиля обучения, в частности;

-умение объективно оценивать свои индивидуальные психофизиологические возможности в соответствии с выбором профиля обучения, дальнейшего образования и будущей сферой труда;

- умения ставить цели и планировать действия для их достижения;

- умения выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;

- знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной деятельности человека, о рынке профессионального труда и образовательных услуг;

- знания учащихся о самих себе (качества, наклонности, потребности, способности), а также понятия темперамент, характер, мышление, память, внимание;

- навыки рефлексии;

- знания собственного личностного, творческого и профессионального потенциала и их значение для получения профессионального образования.

Список литературы для педагога

1. Бендюков, М. Азбука профориентации / М. Бендюков, И. Соломин, М. Ткачев. - М.: Литера Плюс, 2014.

1. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – СПб.: Питер, 2015.

1. Основы профориентологии. - М.: Издательский центр «Академия», 2009.

1. Пряжников Н.С., Румянцева Л.С. Самооопределение и профессиональная ориентация учащихся. – М.: Издательский центр «Академия», 2013

1. Рогов, Е.И. Выбор профессии: становление профессионала / Е.И. Рогов- М.: Владос - пресс, 2013.

1. Сухотенко, О.Н. Ступени профессионального выбора / О.Н. Сухотенко /Школа и производство. - 2014.- № 3.

Для обучающихся (дополнительно):

1. Резапкина, Г. В., Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2005.

2. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2005.

Электронные ресурсы:

http://metodkabi.net.ru/index.php?id=1#ur Методический кабинет профориентации.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 174 ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ И.К. БЕЛЕЦКОГО,
Финагина Ольга Валерьевна, Директор

30.11.23 19:06 (MSK) Сертификат 2A7DA47B2AE6B54F96436E5830936358