


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 35 имени Героя Советского Союза П.И.Коломина»  
городского округа Самара

Утверждаю  
Директор МБОУ Школы № 35  
Н.С.Мушкат  
Приказ № 292  
От 2 сентября 2024 г.

Проверено  
Зам. директора по УВР  
 Т.В.Казурова

Программа рассмотрена на заседании  
МО классных руководителей  
Протокол № 1 от 28 августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности  
«Я и моя профессия»  
для учащихся 5- 9 классов

Форма организации: социальные практики

Направление: ВД, направленная на развитие личности, профориентацию,  
предпрофильную подготовку

Срок реализации: 4года

Программа составлена методистом Милоенко Татьяной Станиславовной

## 1. Пояснительная записка

«Уроки самоопределения» - это система уроков для учащихся 5-9 классов, направленных на изучение школьниками своих личностных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки, знакомство с миром профессий, требованиями регионального рынка труда и образовательных слуг, правилами выбора профессии и планирования карьеры. Важной частью этих занятий является самодиагностика с использованием простых и надежных методик, ролевых игр, проблемно-поисковых задач. Система занятий выстроена таким образом, что в каждом классе с учетом возрастных особенностей учащихся последовательно развиваются важнейшие темы, связанных с личностным и профессиональным самоопределением: формирование реалистичной самооценки; направленность личности; развитие эмоциональной сферы; диагностика особенностей интеллектуальной сферы в целях выявления склонностей к разным видам деятельности; уточнение профессиональных интересов и склонностей; знакомство и миром профессий и правилами планирования профессиональной карьеры.

Психологическая готовность к самоопределению выпускника предполагает формирование и развитие универсальных учебных действий, обеспечивающих владение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться и межпредметными понятиями:

- сформированность на высоком уровне всех психологических структур, прежде всего самосознания;
- развитость потребностей, обеспечивающих содержательную наполненность, внутреннее богатство личности, среди которых центральное место занимают нравственные установки, многообразие чувств и переживаний, ценностные ориентации, жизненные смыслы;
- становление предпосылок индивидуальности как результат развития и осознания своих интересов, способностей, психологических и иных особенностей каждым школьником.

Вместе с тем психологическая готовность обучающегося войти во взрослую жизнь и занять в ней достойное место предполагает не завершённые в своём формировании психологические структуры и качества, а определённую зрелость личности, заключающуюся в том, что у школьника сформированы психологические образования и механизмы, обеспечивающие ему возможность (психологическую готовность) непрерывного роста его личности сейчас и в будущем.

Знания, полученные обучающимися при освоении программы элективного курса «**Я и моя профессия**», должны стать основанием для последующего овладения учащимися основами психологического знания.

Уровень понимания, а, следовательно, и успешное овладение этим материалом опирается на актуализацию знаний и личностного смысла обучающихся, полученные на данном этапе изучения психологии.

**Цель:** актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб; развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

### **Задачи:**

- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;

- сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров;
- обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности с помощью включения их в систему специально организованных профессиональных проб.

Направление программы- социальное.

На изучение программы «Я и моя профессия» по учебному плану отводится 170 занятий, 34 занятия в каждом классе (с 5-9 классы), одно занятие в неделю.

## 2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

класс	Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
5- 6	<p>формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</li> <li>• осознание значения семьи в жизни человека</li> </ul>	<p>умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</li> <li>• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;</li> <li>• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и</li> </ul>	<p>Приобретение начальных навыков самооценки, самопознания (Образ «Я» и самооценка) Изучение направленности личности через круг чтения обсуждение темы «Что такое хорошо и что такое плохо» Освоение навыков управления стрессом, определение уровня тревожности Самодиагностика памяти и внимания, задатков, способностей. Знакомство с понятием «Профессиональные интересы», с разнообразием профессий, азами выбора профессий</p> <p>Приобретение начальных навыков самооценки, самопознания («Какой Я?», «Мечты и реальность», «Мои</p>

	и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи	<p>познавательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование и развитие компетентности в области использования информационно коммуникационных технологий;</li> </ul>	<p>недостатки и достоинства), определение типа мышления) Освоение технологий управлением эмоциями («Нарисуй эмоцию», «Угадай эмоцию», «Назови эмоцию», «Тест эмоций»)</p> <p>Изучение профессиональных склонностей, профессиональной пригодности, «формулы профессии», ошибок выбора профессии.</p>
7	<p>формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</li> <li>• формирование готовности и способности вести диалог с другими</li> </ul>	<p>умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</li> <li>• умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</li> <li>• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности</li> </ul>	<p>Приобретение начальных навыков самооценки, самопознания (Успех это... «Уровень притязаний»)</p> <p>Знакомство с понятиями «Свобода и ответственность»; определение уровня внутренней свободы. Освоение технологий управлением эмоциями (Поведение в конфликтах Диагностика «Интеллектуального потенциала, технических способностей. Определение типа будущей профессии. Освоение начальных навыков планирования профессионального будущего</p>
8	диалог с другими	безопасности	Приобретение

	<p>людьми и достигать в нём взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</li> <li>• осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;</li> </ul>	<p>жизнедеятельности, собственные возможности её решения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;</li> <li>• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;</li> <li>• формирование и развитие компетентности в области использования информационно коммуникационных технологий;</li> </ul>	<p>начальных навыков самооценки, самопознания (Формула успеха Методика «Оценка мотивации на успех», «Интеллектуальная подвижность») Изучение и анализ мотивов выбора профессии, профессиональной пригодности (Методика «Профиль»), современного рынка труда, слагаемых профессионального успеха. Освоение технологий управлением эмоциями (Эмоциональный интеллект)</p>
9	<p>формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование целостного</li> </ul>	<p>умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения; учебных и познавательных задач;</li> <li>• умение соотносить</li> </ul>	<p>Приобретение начальных навыков самооценки, самопознания («Самооценка и уровень притязаний», определение темперамента) Освоение технологий управления эмоциями. (Чувства и эмоции. Что такое стресс) <b>Диагностика</b> типа мышления, внимания и памяти, самооценки, уровня притязаний, темперамента, типа мышления Освоение технологий</p>

<p>мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</li> <li>• развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</li> <li>• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</li> <li>• осознание значения семьи в жизни человека</li> </ul>	<p>свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;</li> <li>• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;</li> <li>• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;</li> <li>• умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;</li> <li>• умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с</li> </ul>	<p>управлением эмоциями (Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций, стресс)</p> <p><b>Знакомство с понятиями</b> «Способности общие и специальные», «Способности к интеллектуальным видам деятельности»</p> <p>Выявление способности к профессиям социального типа, способности к офисным видам деятельности, к предпринимательской деятельности, эстетических способностей, уровня профессиональной пригодности.</p> <p>Изучение мотивов и потребности.</p> <p>Анализ ошибок в выборе профессии, современного рынка труда.</p> <p>Знакомство с путём получения профессии.</p> <p>Построение индивидуальной стратегии выбора профессии.</p>
--	---	---

	<p>и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;</p>	<p>учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование и развитие компетентности в области использования информационно коммуникационных технологий</li> </ul>	
--	--	---	--

<b>Выпускник научится</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ применять полученные знания в жизни;</li> <li>○ правильно оценивать ситуации и решать создающиеся проблемы;</li> <li>○ формировать собственную позицию в отношениях между девушкой и юношей;</li> <li>○ вырабатывать и конструктивно отстаивать свою точку зрения;</li> <li>○ владеть приёмами саморегуляции психики в стрессовых ситуациях</li> </ul> <p>иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ о личности;</li> <li>○ о ценности жизни;</li> <li>○ о психологической поддержке в определении своих интересов и способностей;</li> <li>○ о психологической готовности к самоопределению.</li> <li>○ оперировать основными психологическими терминами и понятиями;</li> <li>○ использовать имеющиеся ресурсы для осознания позитивного семейного опыта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ осознать свои личные особенности, интересы и склонности;</li> <li>○ получить и уметь использовать информацию об учебных заведениях и различных профессиях;</li> <li>○ научиться пользоваться правилами выбора профессии;</li> <li>○ определиться в выборе будущей профессиональной деятельности и при необходимости уметь корректировать свой выбор в зависимости от рынка труда;</li> <li>○ обрести уверенность в себе и уметь предоставлять свои возможности потенциальному работодателю;</li> <li>○ выстраивать траекторию саморазвития своей личности;</li> <li>○ представления о способах выбора профессии</li> <li>○ проводить объективную самооценку;</li> <li>○ делать правильный выбор в профессиональной направленности (быть конкурентоспособным);</li> <li>○ решать личные и жизненные проблемы, используя конструктивные способы их решения;</li> <li>○ по-новому смотреть на привычные вещи и инновации;</li> <li>○ эмпатийно и доброжелательно относиться к многообразию жизни.</li> </ul>

## Воспитательные результаты

### Первый уровень:

- получение элементарных представлений о значении участия человека в общественно-полезной деятельности;
- приобретение начального опыта участия в различных видах общественно-полезной деятельности.

**Второй уровень:**

- получение опыта позитивного отношения к общественно-полезной деятельности.

**Третий уровень:**

- потребность участия в общественно-полезной деятельности в окружающем школу социуме.

### 3. Тематическое планирование

<b>1 год обучения:</b>				
№	Название раздела	Аудиорные занятия	Внеаудиторные занятия	Общее кол-во занятий
1	Самооценка	2	2	4
2	Направленность личности	2	2	4
3	Эмоционально-волевая сфера	2	2	4
4	Мыслительные способности	2	2	4
5	Интересы и склонности в выборе профессии	2	2	4
6	Способности и профессиональная пригодность	2	2	4
7	Профессия и карьера	2	2	4
8	Стратегия выбора профессии	2	4	6
	<b>ИТОГО</b>	16 (47 %)	18 (53 %)	34 (100 %)
<b>2 год обучения:</b>				
№	Название раздела	Аудиорные занятия	Внеаудиторные занятия	Общее кол-во занятий
1	Самооценка	2	2	4
2	Направленность личности	2	2	4
3	Эмоционально-волевая сфера	2	2	4
4	Мыслительные способности	2	2	4
5	Интересы и склонности в выборе профессии	2	2	4
6	Способности и профессиональная пригодность	2	2	4
7	Профессия и карьера	2	2	4
8	Стратегия выбора профессии	2	4	6

	ИТОГО	16 (47 %)	18 (53 %)	34 (100 %)
<b>3 год обучения:</b>				
№	Название раздела	Аудиорные занятия	Внеаудиторные занятия	Общее кол-во занятий
1	Самооценка	2	2	4
2	Направленность личности	2	2	4
3	Эмоционально-волевая сфера	2	2	4
4	Мыслительные способности	2	2	4
5	Интересы и склонности в выборе профессии	2	2	4
6	Способности и профессиональная пригодность	2	2	4
7	Профессия и карьера	2	2	4
8	Стратегия выбора профессии	2	4	6
	ИТОГО	16 (47 %)	18 (53 %)	34 (100 %)
<b>4 год обучения:</b>				
№	Название раздела	Аудиорные занятия	Внеаудиторные занятия	Общее кол-во занятий
1	Самооценка	2	2	4
2	Направленность личности	2	2	4
3	Эмоционально-волевая сфера	2	2	4
4	Мыслительные способности	2	2	4
5	Интересы и склонности в выборе профессии	2	2	4
6	Способности и профессиональная пригодность	2	2	4
7	Профессия и карьера	2	2	4
8	Стратегия выбора профессии	2	4	6
	ИТОГО	16 (47 %)	18 (53 %)	34 (100 %)
<b>5 год обучения:</b>				
№	Название раздела	Аудиорные занятия	Внеаудиторные занятия	Общее кол-во занятий
1	Самооценка	1	1	2
2	Направленность личности	1	2	3
3	Эмоционально-волевая сфера	2	1	3
4	Способности и	2	7	9

	профессиональная пригодность			
5	Профессия и карьера	1	4	5
6	Стратегия выбора профессии	2	10	12
	<b>ИТОГО</b>	9 (26 %)	25 (74 %)	34 (100%)

#### 4. Содержание курса

##### 1 год обучения:

№ п/п	Тема	Краткое содержание темы	Формы организации образовательного процесса
	<b>Самооценка</b>		
1	Кто я? (Образ «Я» и самооценка)	Выполняют анкетирование «Знаете ли Вы себя». В течение 5 минут пишут «Кто я» (это могут быть хобби и увлечения). Обсуждают вопросы. Анализируют написанное в начале изучения темы	Игра
2	«Знаете ли вы себя?»		Беседа
3,4	«Кто Я?»		Игра
	<b>Направленность личности</b>		
5,6	Круг чтения	Читают по ролям отрывки из «Гадкого утенка» Г.Х. Андерсена. Отвечают на вопросы.	Дискуссия
7,8	«Что такое хорошо и что такое плохо»-	Распределяют список качеств по двум колонкам. Анализируют ответы	Дискуссия
	<b>Эмоционально-волевая сфера</b>		
9	Определение уровня тревожности	Изучают понятие «Стресс». Работают с таблицей. Анализируют таблицу и делают вывод, что реакция на стресс, как и тревожность, связана с темпераментом человека, его личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием.	Беседа
10	Тест «Оценка школьных ситуаций»	Проходят тест «Уровень тревожности». Анализируют результат. Приходят к выводу, что Нельзя сравнивать себя с другими. Находят способы выхода из критических ситуаций	Викторина
	<b>Мыслительные способности</b>		

11,12	Память и внимание	Знакомятся с понятием «Внимание». Изучают виды внимания. Обсуждают важность внимания для той или иной профессии. Выделяют профессии, в которых концентрация внимания особенно важна	Беседа
13	«Двойной счет» и игра «Муха»	Выполняют упражнение «Двойной счет». Участвуют в игре «Муха». Анализируют результаты. Читают Отрывок из письма известного английского политика и дипломата XIX века лорда Честерфильда своему сыну. Отвечают на вопрос.	Дискуссия
14	Как тренировать память	Знакомятся с понятием «Память». Узнают виды памяти и способы её тренировки. Анализируют связь памяти и внимания	Беседа
	<b>Интересы и склонности в выборе профессии</b>		
15,16	Профессиональные интересы	Изучение понятий «Интересы», «Увлечения». Анализ таблицы «Ведущие свойства специальных способностей» (по Е.А. Климову). Тестирование по Е.А. Климову	Игра
17	«Или-или». Проф. выбор	Выполнение опросника «Или-или». Обсуждение результатов. Выполнение групповых мини-проектов	Игра
18	«Найди пару». Проф. выбор	Выполнение упражнения «Найди пару». Обсуждение результатов. Выполнение групповых мини-проектов	Игра
	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>		
19,20	Задатки и склонности	Обсуждение понятий «Задатки» и «Склонности». Анализ разницы понятий. Выполнение и презентация мини-проекта «Мои задатки и склонности»	Викторина
21	«Я умею...»	Выполнение упражнения «Я умею». Обсуждение, анализ.	Игра
22	«Кто ближе?»	Выполнение упражнения «Кто ближе?». Обсуждение, анализ. Ответ на вопросы.	Игра
	<b>Профессия и карьера</b>		
23	Что я знаю о профессиях	Беседа о профессиях, видах, новых и исчезающих профессиях.	Беседа

24	Загадки. Игра «Аукцион»	Отгадывание загадок. Игра «Аукцион»	Викторина, игра
25,26	«Защита профессий»	Мини-проекты «Редкие, исчезающие и новые профессии»	Проект
	<b>Стратегия выбора профессии</b>		
27,28	Азы правильного выбора	Изучение концепции «Хочу». «Могу». «Надо»!	Игра
29,30	Насколько у вас сформированы навыки?	Заполнение таблицы «Есть». Анализ выполненной работы. Выполнение мини проекта «Моё хобби»	Игра
31-34	Подготовка и защита творческого проекта по курсу	Защита итогового проекта «Мамы всякие нужны, мамы всякие важны»	Викторина

### 2 год обучения:

№ п/п	Тема	Краткое содержание темы	Формы организации образовательного процесса
	<b>Самооценка</b>		
1.	Важность объективной самооценки	Обсуждение вопросов.	Игра
2.	«Какой Я?» «Самый-самый»	Выполнение упражнений «Какой Я?» «Самый-самый». Анализ результатов	Беседа
3,4	«Мечтать не вредно»	Изучение «Формулы самооценки». Обсуждение вопросов. Выполнение мини-проекта «Зачем люди мечтают?»	Игра
	<b>Направленность личности</b>		
5,6	Мои недостатки и достоинства	Отгадывание загадки Он может быть тяжелый и легкий, сильный и слабый. Его вообще может не быть. Что это такое? Обсуждение отрывка из «Маленького принца» Сент- Экзюпери.	Викторина
7,8	«Цветок моей души»	Выполнение упражнения «Цветок моей души». Обсуждение результатов.	Игра, дискуссия
	<b>Эмоционально-волевая сфера</b>		
9	«Нарисуй эмоцию»	Обсуждение отрывка	Беседа
10	«Угадай эмоцию»	Выполнение упражнения «Угадай эмоцию». Анализ результатов.	Викторина
11	«Назови эмоцию»	Выполнение упражнения «Назови эмоцию». Анализ результатов.	Дискуссия
12	«Тест эмоций»	«Тест эмоций» (авторская модификация теста Басса-Дарки). Обсуждение результатов.	Беседа

	<b>Мыслительные способности</b>		
13,14	Тип мышления	Обсуждение материала.	Беседа
15,16	Определение типа мышления	Определение типа мышления (тест) Обсуждение результатов. Обсуждение вопроса Как вы думаете, какой тип мышления преобладал у Морзе?	Дискуссия
	<b>Интересы и склонности в выборе профессии</b>		
17,18	Профессиональные склонности	Обсуждение разницы между интересами и склонностями. Выполнение мини проекта «Мои интересы и склонности»	Игра
19,20	Тестирование	Опросник «Профессиональные склонности» Обсуждение результатов.	Игра
	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>		
21,22	«Мыслитель или художник»	Знакомство с левополушарными и правополушарными способностями. Выполнение теста «Мыслитель или художник». Анализ результатов.	Викторина
23,24	Самопрезентация	Выполнение и презентация мини-проекта «Мыслитель или художник» (о себе с аргументацией).	Игра
	<b>Профессия и карьера</b>		
25,26	Формула профессии	Изучение групп профессий (Техника. Человек. Природа. Знак. Искусство.) Выполнение мини проекта «Моя группа профессий»	Игра
27	«Своя игра»	Участие в игре («Своя игра»)	Беседа
28	Обобщение темы	Презентация творческих мини-проектов по теме	Проект
	<b>Стратегия выбора профессии</b>		
29-32	Ошибки в выборе профессии	Выявление ошибок в выборе профессии. Анализ ошибок. Просмотр видеофрагментов различных лет о людях труда.	Игра
33,34	Подготовка и защита творческого проекта по курсу	Подготовка и защита творческого проекта «Профессии, которые мне подходят» (с учётом задатков, склонностей, увлечений, типа профессий)	Игра

### 3 год обучения:

№ п/п	Тема	Краткое содержание темы	Формы организации
-------	------	-------------------------	-------------------

			<b>образовательного процесса</b>
	<b>Самооценка</b>		
1,2	Успех это...	Анализируют формулу самооценки, которую иногда называют формулой счастья. Выведите из этой формулы значение успеха.	Игра
3,4	«Уровень притязаний»	Проверка своего уровня притязаний; его анализ	Беседа
	<b>Направленность личности</b>		
5,6	Свобода и ответственность	Анализ эпиграфа к уроку Выявление роли особенностей нервной системы, мышления, памяти и внимания на профессиональную карьеру	Игра
7,8	«Определение уровня внутренней свободы»	«Определение уровня внутренней свободы». (Авторская модификация методики УСК Г Резапкиной).	Викторина
	<b>Эмоционально-волевая сфера</b>		
9,10	Поведение в конфликтах	Анализ высказывания «Конфликты - это норма жизни. Знакомство с наукой «конфликтология» Прохождение теста «Поведение в конфликтной ситуации». Анализ результатов	Игра, дискуссия
11	Ролевая игра «Контакты и конфликты»	Игра «Контакты и конфликты»	Игра
12	Подведение итогов	Защита проектов по группам	Проект
	<b>Мыслительные способности</b>		
13,14	Интеллектуальный потенциал	Изучение и анализ понятий «Продуктивность мышления», «оригинальность мышления», «любопытность», «мужество мышления»	Беседа
15	Тест интеллектуального потенциала	Тестирование. Анализ тестирования	Дискуссия
16	Как развивать мышление	Изучение способов развития мышления	Беседа
	<b>Интересы и склонности в выборе профессии</b>		
17-20	Определение типа будущей профессии	Тестирование. Анализ тестирования. Понятие «интерес профессии». «Эффект ТомаСойера». Просмотр видеофрагментов о профессиях и	Дискуссия, Игра

		выявление типов профессий по киносюжету. Выполнение творческих проектов по профессиям (по группам)	
	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>		
21,22	«Определение технических способностей»	фрагмент Теста механической понятливости Беннета. Анализ результатов. Выполнение творческого проекта «Вторая жизнь известных предметов»	Игра
23,24	«Ничего не трогайте, Ватсон!» «Гимнастика для ума»	Решение изобретательских задач	Викторина
	<b>Профессия и карьера</b>		
25,26	Признаки профессии	Анализ теста Е. Климова. Изучение классификации профессий XVIII века известного историка и государственно деятеля В.Н.Татищева.	Игра
27	«Найди профессии»	Выполнение задания в рабочих листах «Найди профессию». Анализ ответа. Работа со словарём профессий.	Игра
28	«Назови профессию»	Выполнение заданий по классификации профессий по методикам Климова и Татищева. Презентация домашнего задания по типологии профессий родителей	Игра
	<b>Стратегия выбора профессии</b>		
29,30	Планирование профессионального будущего	Изучение важности целеполагания в выборе профессии. Заполнение таблицы в рабочем листе. Её анализ.	Беседа
31,32	«Машина времени»	Выполнение задания «Машина времени»	Игра
33,34	<b>Подготовка и защита творческого проекта по курсу</b>	Защита творческих проектов.	Проект

#### 4 год обучения:

№ п/п	Тема	Краткое содержание темы	Формы организации образовательного процесса
	<b>Самооценка</b>		
1,2	Формула успеха	Обсуждение отрывка Выполнение мини проекта «Моя формула успеха»	Игра

3,4	Методика «Оценка мотивации на успех»	Тестирование «Оценка мотивации на успех». Анализ результатов	Беседа
	<b>Направленность личности</b>		
5,6	Мотивы выбора профессии	Изучение понятия «Мотив» Обсуждение и анализ высказывания Тестирование «Определение мотивации». (Методика Е.А.Головахи). Анализ результатов.	Игра
7,8	Ролевая игра «Акулы и дельфины»	Обсуждение отрывка «Сказка о царе Салтане»? Обсуждение вопросов. Ролевая игра «Акулы и дельфины»	Викторина
	<b>Эмоционально-волевая сфера</b>		
9	Эмоциональный интеллект	Обсуждение высказываний Изучение понятия «Эмоциональный интеллект» (Самосознание. Эмпатия. Навыки взаимодействия. Самомотивация)	Игра, дискуссия
10	Эмоциональный интеллект (опросник EQ Н.Холла)-	Тестирование Эмоциональный интеллект (опросник EQ Н.Холла)	Игра
11,12	Работа в микрогруппах	В течение 10 минут составьте Правила эффективного общения, используя информацию, полученную на уроке. Представители групп зачитывают и комментируют правила. В результате совместного обсуждения необходимо составить общий список из 6-8 самых удачных пунктов, и записать их на доске или плакате.	Проект
	<b>Мыслительные способности</b>		
13	Интеллектуальная подвижность	Обсуждение влияния ясности, гибкости, оригинальности и остроты мышления, настойчивости, дисциплинированности, уверенности и самообладания на интеллектуальную подвижность. Изучение понятия «Лабильность»	Беседа
14,15	Изучение лабильности	Упражнения «Клавиатура» и «географическое лото». Тест интеллектуальной лабильности (модификация Г. В. Резапкиной) по	Игра

		кн. Резапкина Г. В. Я и моя профессия, М., Генезис, 2000).	
	<b>Интересы и склонности в выборе профессии</b>		
16,17	Методика «Профиль»	Обсуждение отрывка Обсуждение вопроса: Как различается интерес, от чего это зависит? Тестирование Методика «Профиль»	Беседа
18,19	Самопрезентация	Анализ результатов методики «Профиль» Защита мини проектов «Мой приоритетный профиль профессий»	Дискуссия, Игра
	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>		
20,21	Человеческий фактор	Обсуждение отрывков	Игра
22,23	«Я — руководитель»	Выполнение упражнения «Я — руководитель» Обсуждение отрывка	Викторина
	<b>Профессия и карьера</b>		
24,25	Современный рынок труда	Изучение понятия «рынок труда» Обсуждение отрывка «Сказке о попе и о его работнике Балде». Обсуждение вопросов. Обсуждение отрывка	Дебаты
26	«Мышеловки»	Выполнение упражнений	Игра
27	Ролевая игра «Оптимисты и скептики»	Ролевая игра «Оптимисты и скептики»	Игра
	<b>Стратегия выбора профессии</b>		
28-30	Слагаемые профессионального успеха	Обсуждение отрывка Изучение элементов SWOT-анализа Выпонение мини-проекта «Слагаемые профессионального успеха» с использованием SWOT-анализа. Защита мини-проектов	Беседа, проект
31	«Ориентировочная анкета»	Выполнение «Ориентировочной анкеты»	Игра
32-34	Подготовка и защита творческого проекта по курсу	Обсуждение отрывка Чтобы люди находили счастье в своей работе,	Проект

		<p>необходимы три условия:          работа должна быть им по силам,          она не должна быть изнуряющей,          и ей должен сопутствовать успех.          Дж. Рескин          Изучение деления профессий по          условиям труда          Выполнение упражнения          «Медицинские ограничения          профессиональной пригодности»          Заполнение «анкеты здоровья»;          анализ результатов.          Проект «Профессия и здоровье»</p>	
--	--	---	--

**5 год обучения:**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Краткое содержание темы</b>	<b>Формы организации образовательного процесса</b>
	<b>Самооценка</b>		
1.	Самооценка и уровень притязаний	Изучение «Формулы» самооценки, уровень притязаний, успех. <i>Диагностические процедуры.</i> Самооценка индивидуальных качеств по методикам «Кто Я?», «Какой Я?».	Игра
2	Темперамент и профессия. Определение темперамента	Изучение теоретических понятий «Темперамент и свойства нервной системы», <i>Практическая работа.</i> Работа со «словарем профессий». <i>Диагностические процедуры.</i> Модификация личностного опросника Г. Айзенка «Определение темперамента».	Беседа
	<b>Направленность личности</b>		
3	Определения типа мышления	Изучения понятия «Мышление» как средство познания. <i>Практическая работа.</i> Анализ основных характеристик мышления. Работа со «словарем профессий». <i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Определение ведущего типа мышления».	Игра
4	Внимание и память	Получение общее представление о внимании и памяти. <i>Практическая работа.</i>	Викторина

		<p>Упражнения «Двойной счет», «Муха». Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры:</i> Методика «Воспроизведение рядов цифр», «Отыскание чисел», «Корректирующая проба».</p>	
5	Уровень внутренней свободы	<p>Изучение понятия «Уровень внутренней свободы как субъективное ощущение человека».</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ ситуаций.</p> <p><i>Диагностические процедуры:</i> методика «Уровень внутренней свободы».</p>	Игра, дискуссия
	<b>Эмоционально-волевая сфера</b>		
6-7	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	<p>Изучение понятий «Чувства и эмоции», их роли в профессиональной деятельности, способов выражения, регуляции эмоционального состояния.</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Модификация теста Басса-Дарки «Тест эмоций».</p> <p>Регуляция эмоционального состояния.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Самоанализ эмоциональных состояний.</p>	Игра
8	Что такое стресс	<p>Изучение понятий: «Тревожность», «Эустресс и дистресс».</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ качеств характера, провоцирующих конфликты, препятствующих возникновению конфликтов.</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций».</p>	Беседа
	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>		
9	Способности общие и специальные	<p>Изучение понятий «Задатки», общие и специальные способности, условий развития способностей, способности к практическим видам деятельности: к зрительному, слуховому и осязательному</p>	Беседа

		<p>восприятию информации, формированию двигательных навыков.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Определение технических способностей» (фрагмент Теста механической понятливости Бенета).</p>	
10	Способности к интеллектуальным видам деятельности	<p>Изучение понятия «Уровень общего умственного развития» как условия успешной профессиональной деятельности, условия развития интеллектуальной активности.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Тест умственного развития» (Школьный Тест Умственного Развития в модификации Г. Резапкиной).</p>	Игра
11	Способности к профессиям социального типа	<p>Изучение личностных особенностей человека, обеспечивающие успешность профессий социального типа: эмоциональная устойчивость, умение общаться, тип темперамента, поведение в конфликтных ситуациях; взаимодействие в профессиях социального типа; стратегии поведения в конфликтных ситуациях.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт».</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Особенности поведения в конфликтных ситуациях».</p>	Викторина
12	Способности к офисным видам деятельности	<p>Изучение интеллектуальных и личностных особенностей, определяющих успешность профессиональной деятельности людей, относящихся к офисному</p>	Беседа

		<p>типу..</p> <p><i>Практическая работа.</i> Работа со словарем профессий. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт».</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Интеллектуальная лабильность» (авторская модификация).</p>	
13	Способность к предпринимательской деятельности	<p>Выявление профессионально важных качеств руководителя и предпринимателя: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ профессионально важные качества руководителя и предпринимателя, степени развития этих качеств.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Стратегия разрешения конфликтных ситуаций».</p>	Дискуссия, Игра
14	Эстетические способности	<p>Выявление специальных способностей: артистические, литературные, музыкальные, способности к изобразительному искусству. Изучение понятия «Функциональная асимметрия».</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ принадлежности к «мыслителям» или «художникам», определение активности и доминирования правого или левого полушария.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика «Мыслитель или художник».</p>	
15	Уровни профессиональной пригодности	<p>Определение степени профессиональной пригодности человека: профессиональная непригодность к конкретной</p>	Игра

		<p>профессии, профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий, соответствие конкретной профессиональной деятельности, призвание. <i>Практическая работа.</i> Анализ продуктивности типов личности (по Э. Фромму).</p>	
16	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»	<p>Выявление степени сформированности способностей к практической работе, к интеллектуальной работе, к профессиям социального типа, к офисной работе, к предпринимательству, эстетических способностей.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Самоанализ «Мои способности», работа с психологическим кроссвордом.</p>	Викторина
17	Экскурсия в центр занятости	Экскурсия	Экскурсия
	<b>Профессия и карьера</b>		
18	Мотивы потребности.	<p>Изучение мотивов трудовой деятельности, уровня профессионализма, мотивации, системы ценностей человека.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ профессиональной и внепрофессиональной мотивации, анализ жизненно важных ценностей.</p> <p><i>Диагностические процедуры.</i> Методика Головахи «Определение мотивации».</p>	Игра
19	«Ошибки в выборе профессии.	<p>Анализ основных ошибок в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, влияние других лиц. Изучение причин ошибок в выборе профессии.</p> <p><i>Практическая работа.</i> Анализ возможных причин ошибок выбора профессии, анализ достоинств и недостатков профессий, работа со словарем профессий, игра</p>	Игра

		«Оптимисты» и «Скептики».	
20	Современный рынок труда.	Экскурсия.	Экскурсия
21	Пути получения профессии.	Изучение способов получения профессии. <i>Практическая работа.</i> Анализ направлений и специальностей (работа с «Матрицей профессионального выбора»). Работа со «словарем профессий».	Беседа, проект
22	Навыки самопрезентации.	Изучение способов самопрезентации. <i>Практическая работа.</i> Упражнения «Личное пространство», «Работа над ошибками», «Резюме», «Анкета кандидата на должность».	Игра
	<b>Стратегия выбора профессии</b>		
23	Индивидуальная стратегия выбора профессии	Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Целеполагание в профессиональной деятельности. Условия достижения целей. <i>Практическая работа.</i> Анализ профессионального будущего, составление личного профессионального плана. Упражнение «Машина времени».	Дебаты
24	«Планирование профессиональной карьеры»	Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры. Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере. <i>Практическая работа.</i> Упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности.	Игра
25	Защита проектов «Моя будущая профессия»-5 ч	Конкурс творческих работ на тему «Моя будущая профессия». В работе должна быть отражена информация,	Проект

		полученная в ходе занятий (знания о себе и профессии, о рынке труда и образовательных услуг), намечен и обоснован личный профессиональный план	
26-34	Экскурсии на предприятия, в учебные заведения-бч	Экскурсии	Экскурсия