

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Октябрьский сельский лицей  
Чердаклинского района Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора лицея  
от 31 августа 2022 года  
№ 200

Рабочая программа  
(в том числе с применением электронного обучения  
и дистанционных образовательных технологий)  
по Основам профессионального самоопределения  
для обучающихся 9 класса  
на 2022 – 2023 учебный год  
учителя технологии  
высшей квалификационной категории  
Шибелькиной Натальи Алексеевны

Срок реализации программы: 1 год

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО  
на заседании кафедры технологии, искусства и зож  
Протокол № 01 от «29» августа 2022г.  
Руководитель кафедры \_\_\_\_\_  
Шишкова Т.Н.

СОГЛАСОВАНО \_\_\_\_\_  
зам директора лицея по УВР  
Константинов Г.М.  
«30 » августа 2022 г

## **Планируемые результаты освоения учебного курса «Основы профессионального самоопределения»**

### ***Личностные результаты:***

- проявление познавательных интересов и активности в данной области предметной деятельности;
- выражение желания учиться и осознанно выбирать профессию для удовлетворения текущих и перспективных потребностей;
- развитие ответственности за выбор профессии;
- овладение установками, нормами и правилами научной организации умственного труда;
- самооценка умственных и физических способностей для выбора профессии в различных сферах с позиций будущей социализации и стратификации;

### ***Метапредметные результаты:***

- алгоритмизированное планирование этапов получения профессии;
- определение адекватных имеющимся организационным условиям способов решения учебной задачи на основе заданных алгоритмов;
- комбинирование известных алгоритмов технического и технологического творчества в ситуациях, не предполагающих стандартного применения одного из них;
- проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач в процессе профессионального самоопределения;
- поиск новых решений возникшей профориентационной проблемы;
- самостоятельная организация и выполнение различных тестов и анкет;
- виртуальное моделирование ситуаций профессионального самоопределения;

### ***Познавательные УУД***

- искать и отбирать необходимую информацию для решения учебной задачи в энциклопедиях, справочниках, сети Интернет;
- приобретать новые знания в процессе наблюдений, рассуждений и обсуждений материалов урока, выполнения пробных поисковых упражнений;
- делать выводы на основе обобщения полученных знаний и освоенных умений;

### ***Регулятивные УУД***

- самостоятельно формулировать цель урока после предварительного обсуждения;
- с помощью учителя анализировать предложенное задание, отделять известное от неизвестного;
- совместно с учителем выявлять и формулировать учебную проблему;
- самостоятельно выполнять пробные учебные действия (упражнения), отбирать оптимальное решение проблемы (задачи);
- самостоятельно отбирать наиболее подходящие для выполнения задания материалы
- осуществлять текущий и итоговый контроль выполненной работы, уметь подводить итоги тестов и анкет, вносить необходимые изменения;

### ***Коммуникативные УУД***

- высказывать свою точку зрения и пытаться её обосновать и аргументировать ;
- слушать других, уважительно относиться к их мнениям, пытаться договориться;
- сотрудничать, выполняя различные роли в группе, при совместном решении проблемы;

***Предметные результаты*** включают в себя: формирование навыков работы с различными источниками информации, систематизации и обобщения полученных данных; развитие способностей самостоятельного выбора и осмысления проблемы; формирование базы данных о различных профессиях и требованиях, предъявляемых ими человеку; определение ценностных ориентаций; умение пользоваться различными исследовательскими методами при решении поставленных задач; определение

склонностей и интересов; формирование ближайших и перспективных профессиональных планов; освоение новых форм и методов общения, развитие коммуникативных навыков. В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом общего образования основные предметные результаты изучения основ профессионального самоопределения в 9 классе отражают:

**Обучающийся научится:**

- значению профессионального самоопределения, требованиям к составлению личностного профессионального плана;
- сущности основных понятий, относящихся к профориентации;
- понятиям о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально – волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- понятиям об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности, связанных с выбором профессии.

**Обучающийся получит возможность:**

- осуществлять поиск необходимой информации с использованием сети Интернет;
- 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 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 профориентационной науке («профессия», «специальность» и др.);
- использовать сведения о путях получения информации о профессиональных учебных заведениях.

**Содержание учебного предмета.**

Первая серьезная проблема, с которой сталкиваются старшеклассники, – это выбор будущей профессии. Вопрос «Кем я буду?» задает себе каждый молодой человек. Старший подростковый возраст и раннее юношество (14-17 лет) – это нелегкий переходный этап в жизни любого человека. Он связан, прежде всего, с трудностями роста – с поиском своего места в жизни, реализацией интеллектуального, личностного, творческого потенциала. И здесь главное – не растеряться, сориентироваться и сделать правильный выбор, соответствующий интересам, способностям, возможностям, ценностным установкам, и, наконец, требованиям, которые предъявляют профессии к личности кандидата. Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем.

Вопрос профессионального самоопределения начинает осознаваться учащимися уже в 14-15 лет. Согласно ежегодно проводимым исследованиям лишь 10-15% обучающихся имеют твердые профессиональные намерения. Примерно столько же вообще не задумываются о своих профессиональных планах. Около 70% не имеют четкой позиции, сомневаются в своем выборе; их одолевают противоречивые чувства: «Выбор сделать надо, но не знаю, что мне надо». Это действительно серьезная проблема, которую, так или

иначе, необходимо решать. Было бы неверным оценивать позицию учащихся, опираясь на критерии «хорошо – плохо». Это в корне неправильно!

Несмотря на то, что каждому молодому человеку предоставлено право на выбор профессии, рода занятий и работы, реализовать это право, порой, очень трудно, большинству старшеклассников. И это объясняется прежде всего тем, что не хватает знаний о самих профессиях, тех требованиях, которые они предъявляют к личности работающего, и умений оценивать собственные способности, выявлять свои интересы и склонности.

Учащиеся, совершая первый профессиональный выбор, приобретают ценный личный опыт. Препятствия вынуждают молодого человека собрать все силы и волю. Формируются необходимые навыки и умения, связанные с преодолением трудностей. Это непременно отразится на благополучии и комфорте подростка как в эмоциональном, так и в личностном планах.

Программа курса «Основы профессионального самоопределения» призвана помочь школьникам в нелегкий переходный период и направлена на активизацию профессионального и личностного самоопределения подростков и старшеклассников. Это одна из форм учебной работы, учитывающей специфику возраста.

### **Урок 1. Введение (1 час).**

Делается акцент на особенностях подобной формы организации и проведения занятий. Учащиеся ориентируются на творческую работу с постоянным самоанализом, прививаются навыки рефлексии.

- Получение необходимой информации о профессиональных намерениях учащихся.
- Формирование у участников установки на саморазвитие в рамках занятий по профессиональному самоопределению.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** упражнение «Оригинальное знакомство», упражнение «представление».

### **Урок 2. Суть предмета ОПС (1 час).**

Учащиеся много узнают о профессиях. Занятие насыщено теоретическим материалом, который ориентирует учащихся на факторы, влияющие на выбор вида деятельности.

- Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром профессий.
- Активизация умственной активности.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** составление формулы профессии (тип—класс—отдел—группа—моя будущая профессия); упражнение «Сантики - фантики», игра «Молекулы».

### **Урок 3. Профессиональное самоопределение (1 час).**

Занятие проводится на творческой волне. Учащиеся, моделируя ситуации, учатся и приобретают навыки рефлексии. Это упражнение ориентирует на осознание

необходимости получения участниками профессионального образования. Занятие настраивает на самопознание.

- Развитие навыков рефлексии.
- Формирование установки на необходимость профессионального самоопределения.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** упражнение «Выбор», обсуждение составленных ситуаций.

#### **Урок 4. Пути освоения профессии (1 час).**

На занятии учащиеся знакомятся с учебными заведениями для получения начального, среднего, высшего профессионального образования, с возможностями дистанционного обучения, экстерната, с возможностью платного и бюджетного обучения в Российских государственных и негосударственных ВУЗах.

- Определение личного пути освоения профессии.
- Совершенствование навыков работы с энциклопедическими справочниками.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** работа с энциклопедическими справочниками «2000 профессий», «Справочник рабочих профессий Ульяновской области», «Моя профессия».

#### **Урок 5. Ошибки и затруднения при выборе профессии (1 час).**

На занятии учащиеся работают с тестами, а также получают информацию о типичных ошибках, которые допускают молодые люди при выборе профессиональной деятельности. Есть замечательное правило, которое гласит: «Предупредить – значит вооружить».

- Определение своего профессионального типа личности.
- Развитие рефлексии.
- Совершенствование навыков по работе со стандартным инструментарием.
- Формирование навыков целеполагания и планирования.

**Практическая работа:** тест «Профессиональный тип личности», тест «Изучение профессиональной направленности»; игра «Телеграф».

#### **Урок 6. Правила выбора профессии (1 час)**

На занятии учащиеся знакомятся с тремя правилами выбора профессии «хочу» - интересы, склонности, профессиональная направленность личности, «могу» - личностные (физиологические и психологические) возможности, «надо» - информация о состоянии рынка труда.

- Изучение участниками собственных «хочу», «могу» и «надо».
- Развитие навыков рефлексии.
- Формирование информационного пространства.

**Практическая работа:** работа с опросником «Ориентация».

#### **Урок 7 – 8. Практическая работа «Профессиональное самоопределение». (2 часа)**

На занятии учащиеся знакомятся с процессами активного профессионального самоопределения – самопознанием, самооцениванием, саморазвитием; с понятием «образ «я»»; с тремя видами «я» - социальным, физическим, психологическим; с компонентами, составляющими структуру «образа «я»».

- Формирование теоретических представлений о процессах активного профессионального самоопределения.
- Развитие навыков рефлексии.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** работа с тестом «Определение самооценки».

### **Урок 9 – 10. Отрасли общественного производства. Профессии, специальности, должности. (2 часа)**

На занятии учащиеся знакомятся с отраслями общественного производства, с понятиями «профессия», «специальность», «должность», а также с понятием «профессиональная карьера», с особенностями карьерного процесса, с личным профессиональным планом (ЛПП).

- Формирование теоретических представлений об отраслях общественного производства, о профессии, специальности и должности.
- Развитие навыков рефлексии.
- Воспитание ответственного отношения к собственной самореализации.

**Практическая работа:** планирование личной профессиональной карьеры (с запасными вариантами). Анализ личных профессиональных планов. Профориентационная игра «Профконсультация» (четыре варианта игры).

### **Урок 11 – 12. Внутренний мир человека и система представления о себе. (2 часа)**

На уроке учащиеся ставят в один ряд представление о себе и проблему профессионального самоопределения, оценивают себя, знакомятся со значимостью умения управлять собой.

- Формирование теоретических представлений об умении управлять собой.
- Развитие навыков рефлексии.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** построение своей системы познания «Я концепция».

### **Урок 13. Профессиональные интересы и склонности (1 час).**

Занятие насыщено теоретической информацией. Учащиеся выполняют большой объем работы. Занятие является значимым для участников, так как по его результатам можно сделать вывод о широте и глубине своих интересов. Это важно и с точки зрения оказания помощи при определении профиля обучения в 10-м классе. Важен психологический настрой на серьезную работу.

- Изучение участниками собственных интересов.
- Развитие навыков рефлексии.
- Формирование установки на преемственность в работе, системности мышления.

**Практическая работа:** работа с методикой «Карта интересов», которая представляет собой модифицированный вариант методики А.Е. Голомштока; выявление познавательных интересов; анкета изучения познавательных интересов и профессиональной направленности; игра «Летает, не летает».

#### **Урок 14. Профессиональные интересы и склонности (1 час).**

На занятии участники работают со стандартным инструментарием, поэтому для поддержания атмосферы творческого подъема введены подвижные игры. Раскованность – это свобода. Только свободный в состоянии сделать осознанный выбор (мыслить, рассуждать, творить).

- Изучение участниками собственных склонностей.
- Совершенствование навыков работы со стандартным инструментарием.
- Поддержание атмосферы творческого поиска.

**Практическая работа:** тест «Профессиональные интересы, склонности, способности», методика «мотивы выбора профессии» (лабораторная работа № 2 – задания 4, 5); игра «Имитация», игра «Круг».

#### **Урок 15 – 16. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении. (2 часа)**

На занятии участники знакомятся с понятием «мотив», видами мотивов, с факторами, влияющими на выбор профессии, внешними и внутренними факторами, их ролью в профессиональном самоопределении.

- Формирование теоретических представлений о мотивах выбора профессии и ценностных ориентациях.
- Изучение собственных мотивов выбора профессии и ценностных ориентаций.
- Формирование информационного пространства.

**Практическая работа:** выявление собственных мотивов выбора профессии и ценностных ориентаций.

#### **Урок 17 – 18. Способности, условия их проявления и развития. (2 часа)**

На занятии учащиеся знакомятся с понятиями «способности», «задатки», а также с общими и специфическими способностями, интерсоциальными и конструктивными способностями, коммуникативными и организаторскими способностями, с методами развития способностей.

- Формирование теоретических представлений о способностях и задатках.
- Развитие навыков рефлексии.
- Изучение собственных способностей и задатков.

**Практическая работа:** «Мои способности и задатки».

#### **Урок 19 – 20. Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении. (2 часа)**

На занятии учащиеся работают с тестами, результаты которых позволяют оценить правильность выбора с точки зрения интеллектуальных и личностных возможностей.

- Раскрыть сущность понятий «ощущение», «представление», «воображение» и показать влияние протекания данных психических процессов на профессиональное становление личности.
- Выбрать желаемые варианты своей предполагаемой будущей профессиональной деятельности и выявить психологические характеристики-требования к данным видам деятельности.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** изучение ощущений, представлений, воображения; работа с тестом «Способны ли вы к эффективной конкуренции?»

## **Урок 21 - 22. Природные свойства нервной системы (2 часа).**

Занятие сложное, насыщенное в плане теоретической информации. Учащиеся учатся обрабатывать результаты тестирования, что является для них новой формой работы. Учащиеся получают четкую инструкцию. Материал объясняется на понятном языке, при необходимости, трудные моменты, разъясняются. Главное, ребята должны понять, что «плохих» темпераментов не бывает.

- Формирование теоретических представлений о характере и темпераменте.
- Изучение собственного темперамента.
- Развитие навыков работы с диагностическим материалом.

**Практическая работа:** диагностика темперамента по опроснику Айзенка, определение темперамента, силы, уравновешенности, подвижности нервных процессов по аналитической схеме; составление схемы характеристик авторитарного, демократического и либерального стиля деятельности.

## **Урок 23 – 24. Сущность профессионального самоопределения. (2 часа)**

Занятие – автономный игровой тренинг по развитию навыков целеполагания и планирования. Проходит в атмосфере творческого и эмоционального подъема и вызывает искренний интерес у участников. Учащиеся знакомятся как с малоизвестными профессиями, так и с традиционными. Учащиеся соотносят требования, которые предъявляет профессия с возможностями человека (претендента).

Информация о профессиях дана в разных ключах. Это сделано для того, чтобы учащиеся имели возможность делать осознанный выбор, сопоставляя информацию о профессиях. Для этого учащимся раздаются две карточки: одна – с детализированной характеристикой профессии, другая - обобщенной. Участникам необходимо выделить требования, которые предъявляет эта профессия к личности кандидата.

- Знакомство с новыми профессиями на рынке труда.
- Развитие навыков целеполагания и планирования.
- Формирование информационного пространства.

**Практическая работа:** проведение игры «Кадровый вопрос», дискуссия по результатам, выполненным заданиям.



## **Урок 25 - 26. Профессиональные и жизненные планы. Профессиональная пригодность (2 часа).**

На занятии учащиеся работают с тестом, результат которого позволяет оценить возможность заниматься выбранной профессиональной деятельностью, учитывая состояние здоровья.

- Дать представление о профессиональных и жизненных планах, профессиональной пригодности и профессионально важных качествах личности, раскрыть их значение в профессиональной деятельности.
- Выявление медицинских противопоказаний для различных профессий.

**Практическая работа:** тест «Профессиональная пригодность и здоровье»

## **Урок 27 - 28. Практическая работа «Определение своих склонностей». Выполнение задания дифференциально – диагностического опросника (ДДО). (2 часа).**

На занятии учащиеся работают со стандартным дифференциально – диагностическим опросником, отвечают на его вопросы.

- Изучение участниками собственных склонностей.
- Совершенствование навыков работы со стандартным инструментарием.
- Поддержание атмосферы творческого поиска.

**Практическая работа:** выявления профессиональных склонностей учащихся по опроснику ДДО Е.А.Климова (дифференциально - диагностический опросник).

## **Урок 29-30 . Ощущения, представления, воображение, память, внимание при выборе профессии. (2 часа).**

На занятие учащиеся работают с тестами, результаты которых позволяют оценить правильность выбора с точки зрения интеллектуальных и личностных возможностей молодого человека.

- Раскрыть сущность понятий «память», «внимание», «мышление» и показать влияние протекания данных психических процессов на профессиональное становление личности.
- Выбрать желаемые варианты своей предполагаемой будущей профессиональной деятельности и выявить психологические характеристики-требования к данным видам деятельности.
- Воспитание ответственного отношения к выбору профессии.

**Практическая работа:** изучение оперативной памяти, ассоциаций, слуховой, логической и оперативной памяти; тест «Внимательны ли вы?»; тест «Не гений ли вы?».

## **Урок 31 - 32. Практическая работа «Воображение. Память. Мышление» (2 часа).**

Занятие дает возможность участникам оценить свои психические качества, проанализировать ситуацию и сделать соответствующие выводы.

- Формирование информационного пространства.
- Развитие навыков концентрации внимания на объекте.

- Развитие мотивов самоактуализации.

**Практическая работа:** «Воображение. Память. Мышление».

### **Урок 33. Практическая работа «Опросник профессиональной готовности» (1 час).**

Занятие дает возможность участникам увидеть себя со стороны, проанализировать ситуацию и сделать соответствующие выводы.

- Формирование информационного пространства.
- Развитие навыков рефлексии.
- Развитие мотивов самоактуализации.

**Практическая работа:** «Опросник профессиональной готовности».

### **Тематическое планирование.**

Номер урока	Кол-во часов	Тема урока	Целевые приоритеты с учетом программы воспитания	Методы и приемы с учетом программы воспитания
1	1	Введение.	Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.	Поддержка, поощрение.
2	1	Суть предмета ОПС.	Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся.	Групповая работа.

3	1	Профессиональное самоопределение.	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.	Демонстрация детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.
4	1	Пути освоения профессии.	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.	Подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.
5	1	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	Привлечение внимания учащихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально-значимой информацией.	Инициирование обсуждения учебной проблемы.
6	1	Правила выбора профессии.	Социально-значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками.

7-8	2	Практическая работа «Профессиональное самоопределение»	Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.	Поддержка ,поощрени е.
9-10	2	Отрасли общественного производства. Профессии, специальности, должности.	Социально- значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	Организац ия шефства мотивиров анных и эрудирован ных учащихся над их неуспеваю щими однокласн иками.
11-12	2	Внутренний мир человека и система представлений о себе.	Привлечение внимания учащихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально-значимой информацией.	Иницииров ание обсуждени я учебной проблемы.
13-14	2	Профессиональные интересы и склонности.	Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся.	Групповая работа.

15-16	2	Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.	Подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.
17-18	2	Способности, условия их проявления и развития.	Социально-значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками.
19-20	2	Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении.	Привлечение внимания учащихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально-значимой информацией.	Инициирование обсуждения учебной проблемы
21-22	2	Природные свойства нервной системы.	Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся.	Групповая работа.

23-24	2	Сущность профессионального самоопределения.	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.	Подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.
25-26	2	Профессиональные и жизненные планы. Профессиональная пригодность.	Привлечение внимания учащихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально-значимой информацией.	Инициирование обсуждения учебной проблемы
27-28	2	Практическая работа «Определение своих склонностей». Выполнение задания дифференциально – диагностического опросника (ДДО).	Социально-значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками.

29-30	2	Ощущения, представления, воображение, память, внимание при выборе профессии.	Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.	Поддержка, поощрение.
31-32	2	Практическая работа «Воображение. Память. Мышление».	Социально-значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками.
33	1	Практическая работа «Опросник профессиональной готовности»	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета.	Подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.