

**Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение для детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, «Центр поддержки семьи и помощи детям «Семейный причал».**

Рассмотрена и рекомендована к утверждению педагогическим советом протокол № 1 от 29.07.2024 г.

Утверждена приказом ТОГБУ «Центр поддержки семей и помощи детям «Семейный причал» № 19207 от 06.09.2024 года.

Директор ТОГБУ  
«Центр поддержки семьи и помощи  
детям «Семейный причал»  
  
Л. П. Тригорова



**Рабочая программа  
факультативного курса "Твой выбор»  
(занятия по профориентации для учащихся 9 класса)  
Срок реализации 1 год**

Составитель: социальный педагог  
Казакова Н.В.

с.Красивка.  
2024г.

В условиях детского дома, особенно важно работать над формированием жизненных планов воспитанников, выявляя наиболее значимые жизненные ориентиры ребенка, тем самым, способствуя его самоопределению.

К выпуску из детского дома, дети должны осознавать, что сегодня, в условиях рынка, добиться успеха может только тот, кто имеет достаточную профессиональную подготовку, владеет навыками общения, обладает способностью приспосабливаться к изменившимся условиям труда, выдержать конкуренцию при наличии дефицита рабочих мест.

Введение элективного курса «Твой выбор» обусловлен рядом причин, одной из которых является необходимость формирования у воспитанников готовности к осознанному выбору будущей профессиональной деятельности.

#### **Курс «Твой выбор» позволяет воспитанникам:**

- изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия;
- подготовиться к будущей трудовой деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

#### **Цели курса:**

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счёт специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб;
- сформировать у воспитанников 9 класса готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению;
- развить у воспитанников способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

#### **Задачи курса:**

- повысить уровень психологической компетенции обучающихся за счёт вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности и самосовершенствования;
- сформировать положительное отношение к самому себе, осознания своей индивидуальности, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в 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.

Проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств:

- междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения;
- интерактивность (работа в малых группах, ролевые игры, тренинг);
- обучение через опыт и сотрудничество;

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе, основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Материал программы распределен во времени с учетом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы.

Целесообразно дифференцировать знания, которые подлежат контролю и оценке, и те понятия, рассуждения, которые ни в коем случае нельзя оценивать, а нужно лишь анализировать, чтобы помочь подросткам самостоятельно убедиться в неточности или ошибочности суждений.

Материал программы распределён во времени с учётом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

Изучая курс, воспитанники выполняют различные диагностические процедуры, связанные с изучаемой темой, самостоятельно оценивают достигнутый уровень способности выбора профессии, что в свою очередь, позволяют им определить характерные признаки профессиональной деятельности, соотнести их со своими индивидуальными особенностями с целью выявления профессиональной пригодности к различным типам профессий, что чрезвычайно важно в новых условиях рынка труда для облегчения собственной социальной защиты.

### Календарно-тематическое планирование занятий спецкурса

№	Тема занятия	Количество часов	
		Теоретические занятия	Профессиональные пробы
1	<b>Тема 1.</b> «Кто я и что думаю о себе». Представление о себе и выборе профессии.	1	
	Диагностика "Методика самооценки личности".		1
2	<b>Тема 2.</b> »Интересы, склонности и возможности профессионального выбора»	1	
	Диагностика «Экспресс-методика для выявления интересов»		1

3.	<b>Тема 3.</b> «Гамма способностей». Способности и их роль в выборе профессии.	1	
	Диагностика структуры способностей		1
4	<b>Тема 4.</b> Секреты выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Профессиональные намерения и планы.	1	
5	<b>Тема 5.</b> Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).	1	
6.	<b>Тема 6.</b> Здоровье и выбор профессии.	1	
7.	<b>Тема 7.</b> Социальные проблемы труда («надо»).	1	
8	<b>Тема 8.</b> Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии.	1	
9	<b>Тема 9.</b> Многообразие мира профессионального труда. Функциональное разделение труда и возникновение профессий и специальностей.	1	
10	<b>Тема 10.</b> Классификация профессий. Профессиограмма.	1	
	Диагностика «Ориентация». Определение профессиональных интересов и способностей.		1
11	<b>Тема 11.</b> Человек на рынке труда. Основные принципы формирования рынка труда.	1	
12	Экскурсия. Встреча с работниками "Центра занятости населения".		1
13	<b>Тема 12.</b> Пути получения профессионального образования. Основные уровни профессионального образования.	1	
	Аналитическая деятельность «Кем быть?».		1
14	Экскурсии на ярмарку учебных заведений города, области.		По мере возможности
15	<b>Тема 13.</b> Мои права и льготы.	1	
16	<b>Тема 14.</b> Поиск работы и трудоустройство. Как предъявить себя на рынке труда.	1	

17	<b>Тема 15.</b> « Мои личные жизненные и профессиональные планы».	1	
	Аналитическая деятельность «Мечта и цель»		1
18	Дискуссия "Образ будущего".	1	
19	Итоговое занятие «Путёвка в жизнь». Защита творческих проектов	1	
<b>ИТОГО:</b>		17	7 экскурсии

## **Учебно-методическое обеспечение.**

### **Использованная литература.**

#### Учебники:

1. «Твоя профессиональная карьера»  
Под редакцией С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной  
Издательство "Просвещение" г. Москва, 2003 год.

#### Справочные пособия:

1. «Тесты по профориентации для учащихся»  
Составление А.А. Аркадьев.  
Издательство ООО "Современная школа" г. Минск, 2008 год.
2. «Путёвка в жизнь» Образование, профессия, карьера. Учебно-справочное пособие для 9,10,11 классов ОУ / В.Н.Аверкин, О.М. Зайченко  
Издательство Москва, Просвещение, 2005.

#### Методические пособия:

1. "Твоя профессиональная карьера: методика"  
Под редакцией С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной  
Издательство "Просвещение" г. Москва, 2006 год.
2. "Человек и профессия" образовательный курс профориентационной направленности  
авт.-сост. Л.Н. Бобровская, Е.А. Сапрыкина, О.Ю. Просихина  
Издательство "Глобус" г. Москва, 2007 год

#### Дидактические пособия:

1. "Дневник профессиональной карьеры"  
Под редакцией С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной  
Издательство "Просвещение" г. Москва, 2003 год.

## **Материально-техническое обеспечение.**

1. Электронное приложение с наглядными информационными материалами к образовательному курсу "Человек и профессия"

авт.-сост. Л.Н. Бобровская, Е.А. Сапрыкина, О.Ю. Просихина

Издательство "Глобус" г. Москва, 2007 год

### **Информационно-техническое обеспечение.**

1. Мультимедиапроектор.
2. Персональный компьютер.

### **Требования к уровню подготовки выпускников.**

В результате прохождения программного материала учащиеся должны:

*знать/понимать* сущность и содержание следующих понятий:

- значение профессионального самоопределения;
- требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;

На основе полученных знаний учащиеся должны *уметь*:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;

- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для построения планов профессиональной карьеры и выбора пути продолжения образования или трудоустройства.

Учащиеся должны *иметь представления*:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- о современных формах и методах организации труда;
- о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений;
- о предпринимательстве;
- о рынке труда.

## **Содержание программы.**

### **Тема 1. «Кто я и что думаю о себе».**

#### **Представление о себе и выборе профессии».**

**Процесс самопознания** – узнавание, выделение собственного «Я» путём сравнения увиденных в другом человеке качеств со своими.

**Личность** – это особые качества человека, которые являются результатом его развития; это индивидуальность человека в её социальных связях и отношениях.

**Профессия** – необходимая для общества, ограниченная область приложения физических и духовных сил человека, дающая ему взамен приложенного им труда возможность существования и развития.

**Специальность** – вид занятий в рамках одной профессии.

### **Тема 2. «Интересы, склонности и возможности профессионального выбора».**

**Интерес** – индивидуально - психологическая особенность человека, проявляющаяся в положительном эмоциональном отношении к различным объектам и явлениям окружающей действительности, а так же в интеллектуальной, познавательной активности.

**Склонности** - устойчивое стремление к определённой деятельности, когда интересны не только результаты труда, но и его содержание.

**Способности** – талант, умения, возможность производить какие-нибудь действия.

ИНТЕРЕСЫ–«ХОЧУ ЗНАТЬ»  
СКЛОННОСТИ -«ХОЧУ  
ДЕЛАТЬ»

### **Профессиональная пригодность человека:**

- совпадение требований, предъявляемых профессией к человеку с личными качествами человека, его индивидуально-психологическими особенностями и возможностями;
- гармония человека, его дела, профессии.

### **Тема 3. «Гамма способностей». Способности и их роль в выборе профессии.**

**Способности** – индивидуально- психологические особенности человека, которые помогают ему добиваться успеха в какой-либо деятельности, но не сводятся к знаниям, привычкам и навыкам.

### **Виды способностей:**

**Общие** - способности, от которых зависит успешность различных видов деятельности.

**Специальные** - способности, от которых зависят успешность отдельных или специальных видов деятельности (музыкальные, математические, спортивные)

**Теоретические** - связанные с умением рассуждать, доказывать гипотезы, предлагать и обосновывать теории, объяснять те или иные явления.

**Практические** - проявляются в умении решать задачи, действуя практически.

**Учебные** - проявляются в приобретении новых знаний, умений, навыков.

**Творческие** - проявляются в создании человеком чего-либо нового

**Предметные** - проявляются в деятельности человека с неодушевленными предметами.

#### **Тема 4. «Секреты выбора профессии.**

**(«хочу», «могу», «надо»). Профессиональные намерения и планы.**

***Правильно выбрать профессию – значит найти своё место в жизни.***

**«ХОЧУ»** - личные цели и ценности, профессиональные интересы и склонности, желания и потребности.

**«МОГУ»** - проблема человеческих физиологических возможностей и способностей, психологических особенностей и состояния здоровья.

**«НАДО»** - потребности рынка труда в специалистах, знание профессиональной сферы, определение путей и средств достижения цели, основывающихся на самооценке собственных достоинств и недостатков, возможность трудоустройства.

Рациональное соотношение образов «хочу» - «могу» - «надо» обуславливает сознательность выбора профессии, а глубокое знание их предметного содержания обеспечивает успешность выполнения профессионального плана.

Цели профессионального плана:

- чем хочу заниматься;
- кем хочу быть;
- кем могу стать.

#### **Тема 5. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).**

Дискуссия: понятие «профпригодности», профессионально важные качества. Помощь в определении профессионально важных качеств, исходя из профессиональной направленности воспитанников и требований конкретной профессии.

### **Тема 6. Здоровье и выбор профессии**

### **Тема 7. Социальные проблемы труда («надо»).**

Беседа-диалог: престиж и спрос на профессии. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.

### **Тема 8. Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии**

-анализ типичных ошибок и затруднений при выборе профессии.

Задача: -научить избегать ошибок, сопутствующих выбору профессии.

### **Тема 9. Многообразие мира профессионального труда.**

#### **Функциональное разделение труда и возникновение профессий и специальностей**

**Профессия** (от лат. proficere – «объявлять своим делом», «говорить публично», «заявлять») - означает род трудовой деятельности, требующей определённой подготовки и являющейся источником существования.

**Профессия** – это знания, умения, личные качества, необходимые для успешного занятия работой и получения вознаграждения за труд.

**Специальность** – содержание образовательной программы подготовки специалиста.

**Должность** – это трудовой пост, который занимает работник в данной организации.

**Предприимчивость** - умение предпринять что-либо в нужный момент, находчивость, избирательность, практичность.

**Мобильность** - способность развиваться, достигать каких-либо успехов.

**Ответственность** - волевое личностное качество, проявляющееся в осуществлении контроля за своими поступками и действиями.

### **Тема 10. Классификация профессий. Профессиограмма.**

**Предмет труда** – это то, с чем человеку приходится иметь дело в процессе своей профессиональной деятельности. Предметом труда могут быть другие люди, техника, информация, художественные произведения или природа.

**Профессиограмма** - характеристика профессий с требованиями, которые они предъявляют к личности работающего.

### **Классификация профессий.**

1. По характеру труда.
2. По отраслям народного хозяйства.
3. По признаку материального производства.
4. По уровню и характеру требуемой квалификации.
5. По признакам, идущим от человека.

### **План составления профессиограммы:**

#### **1. Общие сведения о профессии**

- когда возникла,
- смежные профессии,
- перспективность роста квалификации,
- спрос на профессию в вашем городе, районе.

#### **2. Характеристика процесса труда.**

- важнейшие технологические операции,
- орудия труда,
- рабочее место,
- продукция,
- характер работы.

#### **3. Санитарно - гигиенические условия труда**

- режим труда и рабочий ритм,
- микроклиматические условия,
- медицинские противопоказания,
- основные меры по охране труда,
- возможные производственные травмы,
- профессиональные заболевания,

-продолжительность отпуска.

#### **4. Психологические требования профессии к человеку**

-возможные трудности и напряженные ситуации,

-основные качества, которыми должен обладать работающий.

#### **5. Сведения о профессиональной подготовке**

-пути получения профессии и характеристика учебных заведений,

-продолжительность обучения,

-условия поступления,

-основные изучаемые дисциплины,

-квалификация выпускника,

-зарплата работающего,

-перспектива профессионального роста и продвижения

### **Тема 11. Человек на рынке труда. Основные принципы формирования рынка труда**

**Рынок труда** - сфера формирования спроса и предложения на рабочую силу.

**Работодатель** – человек, имеющий финансовые, юридические и иные возможности приобрести работника и делающий это.

**Работник** – лицо, работающее по трудовому договору (контракту), подчиняющееся трудовому распорядку предприятия (учреждения).

**Трудовой контракт** - договор, заключаемый между нанимателем и наемником в письменной форме.

**Социальный пакет** - дополнительные блага, получаемые сотрудником от работодателя в неденежной форме, независимо от результатов своей работы.

**Биржа труда** - учреждение, осуществляющее посредничество между рабочими и предпринимателями.

**Безработица** - социально- экономическая ситуация, при которой часть активного трудоспособного населения не может найти работу, которую эти люди способны выполнить.

## **За что человек получает заработную плату.**

- Рабочее время
- Затраты энергии (физической, психической, эмоциональной)
- Условия труда (работа в ночь, на высоте, на холоде, риск)
- Результат работы
- Квалификация (опыт и умение выполнять определенную работу)
- Потенциальные возможности работника (карьерный рост)
- Личные качества
- Личные достижения
- Стаж работы
- Мощность трудовых усилий (быстрота мышления и действий)

## **Тема 12. Пути получения профессионального образования. Основные уровни профессионального образования.**

**Профессиональное образование** – овладение определёнными знаниями и навыками по конкретной профессии и специальности.

**Стипендия** (от. лат. stipendium – плата) – денежное пособие, регулярно выдаваемое обучающимся на дневных отделениях (факультетах) различных учебных заведений.

Профессиональные образовательные программы реализуются в учебных заведениях профессионального образования, которые подразделяют на:

- учреждения начального профессионального образования;
- учреждения среднего профессионального (среднего специального) образования (ссузы);
- учреждения высшего профессионального образования (вузы);
- учреждения дополнительного профессионального образования;
- другие образовательные учреждения.

## **Гарантии прав граждан на получение профессионального образования.**

### **Нормативные документы.**

#### **Закон Российской Федерации «Об образовании»**

Статья 5. Государственные гарантии прав граждан в области образования.

Статья 16. Общие требования к приёму граждан в ОУ.

Статья 21. Профессиональная подготовка.

Статья 22. Начальное профессиональное образование.

Статья 23. Среднее профессиональное образование.

Статья 24. Высшее профессиональное образование.

Статья 25. Послевузовское профессиональное образование.

Статья 26. Дополнительное образование.

Статья 50. Права и социальная защита обучающихся, воспитанников.

#### **Конституция Российской Федерации.**

Соориентировавшись в выборе профессии, необходимо продумать возможные пути её получения. Наличие профессионального образования позволит человеку чувствовать себя более уверенным в себе, в своих силах. Чем выше уровень профессионального образования, тем больше возможностей занять достойное положение в обществе, достичь успехов в карьере.

#### **Факторы, влияющие на выбор профессии**

8 факторов выбора профессии /по Е.А. Климову/:

1. *Позиция старших членов семьи*

Есть старшие, которые несут прямую ответственность за то, как складывается твоя жизнь. Эта забота распространяется и на вопрос о твоей будущей профессии.

2. *Позиция товарищей, подруг*

Дружеские связи в твоём возрасте уже очень крепки и могут сильно влиять на выбор профессии. Можно дать лишь общий совет: правильным будет решение, которое соответствует твоим интересам и совпадает с интересами общества, в котором ты живешь.

### 3.Позиция учителей, воспитателей

Наблюдая за поведением, учебной и внеучебной активностью учащихся, опытный педагог знает много такого о тебе, что скрыто от непрофессиональных глаз и даже от тебя.

### 4.Личные профессиональные планы

Под планом в данном случае подразумеваются твои представления об этапах освоения профессии.

### 5.Способности

О своеобразии своих способностей надо судить не только по успехам в учебе, но и по достижениям в самых разнообразных видах деятельности.

### 6.Уровень притязаний на общественное признание

Планируя свой трудовой путь, очень важно позаботиться о реалистичности своих притязаний.

### 7.Информированность

Важно позаботиться о том, чтобы приобретаемые тобой сведения о той или иной профессии не оказались искаженными, неполными, односторонними.

### 8.Склонности

Склонности проявляются в любимых занятиях, на которые тратится большая часть свободного времени. Это - интересы, подкрепленные определенными способностями.

## **Тема 13. Мои права и льготы.**

## **Тема 14. Поиск работы и трудоустройство. Как предъявить себя на рынке труда.**

**Вакансия** (от лат.- пустующий, свободный) – наличие незанятого рабочего места, должности в организации или на предприятии, на которую может быть принят новый работник.

**Анализ** (от греч. analysis – разложение) - уточнение логической формы рассуждения.

**Резюме** (от франц. – краткое изложение) – составленный по определённым правилам набор сведений о претенденте на работу

**Вариант трудоустройства** – любое лицо или организация, которые могут предложить работу.

**Собеседование с работодателем** – разговор, взаимодействие между двумя людьми, работодателем и соискателем на вакансию, по поводу трудоустройства.

#### **Источники получения информации:**

- ЛКС (личная контактная связь):
  - члены семьи и родственники;
  - друзья и знакомые;
  - преподаватели.
- ярмарка вакансий.
- Государственная служба занятости населения.
- коммерческие агентства по найму и подбору кадров.
- СМИ

#### **Личный дневник учёта вариантов трудоустройства.**

1. Куда обратиться: адрес фирмы, организации; по какой вакансии; с какой целью.
2. К кому обратиться: фамилия, имя и отчество работодателя или того, кто может оказать содействие в трудоустройстве.
3. Дата и время встречи для обсуждения вакансии.
4. Форма подачи информации о себе: по телефону, в письменной форме, лично, через друзей и знакомых.
5. Возможный результат: отказ в работе, согласие о встрече, изменение даты или времени, дата и время дополнительной встречи, «будут иметь в виду», принят на работу.

#### **Документы, необходимые для предъявления себя работодателю.**

- Резюме с информацией о жизненном, учебном и профессиональном пути.
- Презентационные документы: диплом; свидетельство; аттестат.
- Рекомендательные письма работодателей с предыдущей работы.

## **Тема 15. « Мои личные жизненные и профессиональные планы».**

Профессиональная деятельность и карьера будут максимально успешными лишь в том случае, если человек пригоден к выбранной профессии.

**Профессиональная карьера** - деловая карьера работника последовательно проходящего в своей деятельности различные её стадии по росту и повышению.

**Профессиональная компетентность** - это сформированность в труде различных сторон деятельности и общения, в которых самореализована личность работника, обеспечивающая устойчивые положительные результаты в работе.

**Профессиональная пригодность** – это взаимное соответствие человека и его профессии.