

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Мигнинская средняя школа» имени Полного Кавалера ордена Славы Юферова Григория Прокопьевича  
Ермаковского района, Красноярского края

ПРИНЯТО  
решением  
педагогического совета  
Протокол от 26.08.2023 года № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора от 26.08.2023 года № 01-08-131/1

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Твой выбор»**

Уровень программы – стартовый  
Возраст обучающихся – 14-15 лет  
Срок реализации – 1 год

Составитель: Ерыганова А.Р.  
педагог дополнительного образования

## Содержание

### Раздел № 1

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цели, задачи, планируемые результаты.....	4
1.3. Содержание программы.....	4
1.3.1. Учебный план.....	4
1.3.2. Содержание учебного плана.....	5

### Раздел № 2

2.1. Календарно-тематическое планирование.....	6
2.2. Условия реализации программы.....	12
2.2.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение.....	12
2.2.2. Оценочные материалы.....	12
2.2.3. Методические материалы.....	13
2.2.4. Список литературы.....	13

## Раздел № 1

### 1.1. Пояснительная записка

<b>Направленность(профиль) программы</b>	Социально-гуманитарная
<b>Актуальность программы</b>	Современная экономическая и политическая обстановка заставляет предъявлять все более высокие требования к индивидуальным психофизиологическим особенностям человека. В связи с этим огромное внимание необходимо уделять проведению целенаправленной профориентационной работы среди молодежи и школьников, которая должна опираться на глубокое знание всей системы основных факторов, определяющих формирование профессиональных намерений личности и пути ее реализации.
<b>Отличительные особенности программы</b>	Программа раннего предпрофессионального развития "Твой выбор" направлена на формирование у школьников представления о профессиях, в том числе в высокотехнологичных областях, участие в предпрофессиональных пробах и организацию профессионального самоопределения. Кроме того, программа носит высокий воспитательный потенциал, т.к. через знакомство с особенностями профессий вырабатывается уважение к труду других людей, формируется оптимистичная перспектива жизни (прежде всего реальная и привлекательная профессиональная перспектива), обеспечивается занятость подростков во внеучебное время.
<b>Виды деятельности</b>	Изучение нового материала, рассуждение, анализ, отработка практических навыков. Участие в онлайн-уроках, онлайн-тестированиях, экскурсии, встречи с представителями разных специальностей.
<b>Адресат программы</b>	Программа рассчитана на обучающихся 14-17 лет.
<b>Объем и срок освоения программы</b>	Срок реализации программы: 1 год Количество часов - 72
<b>Формы обучения</b>	Очное с использованием электронного обучения и дистанционных технологий
<b>Особенности организации образовательного процесса</b>	Программа включает как теоретические и практические занятия в учебных кабинетах, Реализация практической части программы осуществляется в форме индивидуально-групповых работ и работы в парах.
<b>Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий</b>	Занятия организуются 2 раза в неделю, продолжительность одного занятия - 45 минут. Место проведение: Учебный кабинет № Время занятий: среда, четверг 14.00 – 15:00
<b>Промежуточная аттестация</b>	Составление индивидуального профессионального плана <b>Оценивается зачёт/незачёт</b>

## 1.2. Цели, задачи, планируемые результаты

**Цель:** оказание профориентационной поддержки обучающимся в процессе выбора профиля обучения и будущей профессии.

Задачи	Планируемые результаты
Помочь обучающимся с выбором будущего профиля обучения в соответствии с их интересами и способностями.	<p><b>Личностные:</b> соотносят свои индивидуальные особенности с требованиями конкретного профиля.</p> <p><b>Метапредметные:</b> применяют способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимые для участия в жизни общества.</p> <p><b>Предметные:</b> осознают значение профильного самоопределения.</p>
Обеспечивать обучающихся системой сведений о мире современных профессий.	<p><b>Личностные:</b> -используют приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; -умеют анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка труда.</p> <p><b>Метапредметные:</b> владеют умением получать, критически осмысливать социальную информацию из различных источников; систематизировать, анализировать и применять полученные данные.</p> <p><b>Предметные:</b> имеют знания о профессиях и о профессиональной деятельности; о путях получения профессионального образования.</p>

### 1.3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха	8	2	6	Практическая работа
2.	Мир профессий и его многообразии	8	3	5	Устный опрос
3.	Секреты выбора профессии	8	3	5	Письменный опрос
4.	На пути к самопознанию	8	2	6	Тестирование
5.	Интересы, склонности и способности в выборе профиля	8	2	6	Практические задания
6.	Профессиональная пригодность	8	3	5	Устный опрос
7.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	8	3	5	Практическая работа в форме эссе

8.	Возможности получения профессионального образования в России	8	3	5	Устный опрос
9.	Составление индивидуальных планов, обучающихся в соответствии с особенностями и требованиями конкретного профиля	8	4	4	Практическая работа
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>25</b>	<b>47</b>	

### 1.3.2. Содержание учебного курса

#### **Раздел I. Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха.**

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

Практика: в качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются практические работы в форме эссе.

#### **Раздел II. Мир профессий и его многообразие.**

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

Практика: раздел посвящен изучению классификации профессий, а также предлагает практические занятия с использованием психологических тестов.

В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устный и письменный опросы.

#### **Раздел III. Секреты выбора профессии.**

Теория: данный раздел нацелен на изучение мотивов, внешних и внутренних социальных факторов выбора профессии.

Практика: Также раздел посвящен рассмотрению типичных ошибок при выборе будущей профессии.

В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные опросы.

#### **Раздел IV. На пути к самопознанию.**

Теория: данный раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей обучающихся с помощью теоретического материала.

Практика: данный раздел включает изучение роли нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности, а также роли эмоционально-волевых качеств личности, самооценки с помощью практических работ в виде психологических тестов.

В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные и письменные опросы учащихся.

#### **Раздел V. Интересы, склонности и способности в выборе профиля.**

Теория: раздел посвящен изучению собственных интересов, обучающихся с помощью методики «карта интересов», а также рассмотрению понятия «склонности». Данный раздел предусматривает отдельное рассмотрение таких тем, как интеллектуальные способности, способности к различным учебным профильным направлениям.

Практика: раздел предполагает рассмотрение общих и специальных способностей, научение обучающихся разбираться в своих способностях и склонностях с помощью профильного тестирования.

В качестве формы контроля по данному разделу предполагаются устные и письменные опросы учащихся, а также практические задания в форме психологических тестов.



## **Раздел VI. Профессиональная пригодность.**

Теория: раздел нацелен на анализ взаимосвязи здоровья и выбора профессии, а также на изучение понятий «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность».

Практика: раздел включает рассмотрение специфических профессионально важных качеств для разных типов профессий. Также рассматривается вопрос об ограничениях профессиональной пригодности при различных заболеваниях с помощью практических занятий.

В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные опросы.

## **Раздел VII. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.**

Теория: раздел посвящен определению рынка труда, его особенностям и модели. Спросу и предложениям на рынке труда.

Практика: к рассмотрению предлагаются темы самопрезентации, грамотного составления резюме, успешного прохождения интервью (правила поведения на собеседовании) с помощью практических занятий.

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

## **Раздел VIII. Возможности получения профессионального образования в России.**

Теория: в данном разделе акцентируется внимание на видах профессионального образования в России, а также на учебных заведениях начально, среднего, высшего профессионального образования в Красноярском крае.

Практика: в качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные и письменные опросы, а также практические задания в виде сочинения-рассуждения.

## **Раздел IX. Составление индивидуальных планов, обучающихся в соответствии с особенностями и требованиями конкретного профиля.**

Теория: в разделе освещается вопрос о том, как составить карту интересов обучающихся в соответствии с особенностями и требованиями конкретного профиля. Также данный раздел включает итоговое занятие по профориентации.

Практика: в качестве формы контроля по данному разделу предусматривается практическое задание по составлению карты интересов в соответствии с особенностями и требованиями конкретного профиля.

## **Раздел № 2**

### **2.1. Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Дата		Тема занятия	Форма занятия	Виды деятельности	Количество часов	Форма контроля
	План	Факт					
1.			Введение в курс.	групповая	Ознакомление с целями и задачами курса.	1	опрос
2.			Из истории профориентации <i>Входной контроль</i>	групповая	Изучение нового материала.	1	опрос
3.			Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе	групповая	Изучение нового материала.	1	тестирование

4.			Помощь обучающимся в выборе профиля обучения	Работа в парах	Постановка и решение проблем. Анализ, выдвижение гипотез и их обоснование.	1	
5.			Что такое профессия?	Индивид	Изучение нового материала. Рассуждение, анализ.	1	Письменный опрос
6.			Составление профессиограммы	Индивид	Практическая работа	1	Практическая работа
7.			Ориентация в мире профессий	Работа в парах	Изучение нового материала.	1	анкетирование
8.			Классификация профессий	групповая	Изучение нового материала	1	
9.			Типы профессий	Работа в парах	Изучение нового материала	1	Практическая работа
10.			Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климова	Индивид	Практическая работа по осознанию своих личностных особенностей.	1	тестирование
11.			Профессиональная диагностика	Индивид	Практическая работа	1	тестирование
12.			Мотивы и основные условия выбора профиля обучения	групповая		1	Устный опрос
13.			Условия выбора профиля обучения	Работа в парах	Рассуждение, анализ.	1	Практические задания
14.			Осознанный выбор профиля обучения	групповая	Изучение нового материала.	1	Устный опрос

15.			Типичные ошибки при выборе профиля обучения	Работа в парах	Практическое занятие	1	Практические задания
16.			Правила выбора профиля обучения	групповая	Изучение нового материала.	1	Устный опрос
17.			Хорошо ли я себя знаю?	Индивидуальная	Практическое занятие	1	тестирование
18.			Мотивация – важное звено при выборе профиля обучения	групповая	Изучение нового материала..	1	Устный опрос
19.			Темперамент в профессиональной деятельности	Работа в парах	Рассуждение, выдвижение гипотез и их обоснование	1	анкетирование
20.			Определение типа личности с помощью методики Айзенка	Индивидуальная	Рефлексия. Рассуждение.	1	тестирование
21.			Определение темперамента с помощью методики Айзенка	Работа в парах		1	тестирование
22.			Самооценка и уровень притязаний	Работа в парах	Изучение нового материала.	1	Письменный опрос
23.			Профессиональная социальная адаптация	Индивидуальная	Практическая работа	1	Практическая работа
24.			Значение качеств личности при выборе профессии	групповая	Изучение нового материала	1	Устный опрос
25.			Эмоционально-волевые качества личности в профессиональной деятельности	групповая	Практическая работа по осознанию своих личностных особенностей. Анализ Рефлексия.	1	Устный опрос
26.			Развитие эмоционально-волевой сферы	групповая	Изучение нового материала.	1	Устный опрос

27.			Диагностика свойств эмоциональной и волевой сферы	Индивид	Практическая работа	1	тестирование
28.			Что такое стресс	Работа в парах	Изучение нового материала.	1	Устный опрос
29.			Понятие «эмоциональное выгорание»	групповая	Практическая работа	1	Письменный опрос
30.			Личные интересы в выборе профессии	групповая	Изучение нового материала.	1	
31.			Интересы и склонности в выборе профессии	Индивид	Практическая работа по осознанию своих личностных особенностей.	1	Практическое задание
32.			Карта интересов и склонностей	групповая	Изучение нового материала.	1	Диагностика
33.			Психодиагностика	Индивид	Практическая работа	1	тестирование
34.			Возможности человека в профессиональной деятельности	групповая	Изучение нового материала	1	Устный опрос
35.			Как разобраться в своих способностях?	Работа в парах	Практическая работа	1	анкетирование
36.			Интеллектуальные способности в профессиональной деятельности <i>Промежуточный контроль</i>	групповая	Практическая работа по осознанию своих личностных особенностей.	1	Практические задания
37.			Успешность в профессиональной деятельности	Индивид	Анализ успешности в выбранной профессии. Рефлексия.	1	Письменный ответ
38.			Профессии социального типа	групповая	Изучение нового материала	1	Устный опрос

39.			Способности к профессиям социального типа	групповая	Анализ, обобщение рефлексия.	1	Письменный опрос
40.			Виды офисных профессий	групповая	Изучение нового материала.	1	Устный опрос
41.			Способности к офисным видам деятельности	Работа в парах	Практическая работа. Анализ. Рефлексия.	1	Письменный опрос
42.			Профессии, связанные с бизнесом	групповая	Изучение нового материала	1	Устный опрос
43.			Способности к предпринимательской деятельности	Работа в парах	Изучение нового материала, рассуждение.	1	Письменный опрос
44.			Здоровье и выбор профессии	групповая	Изучение нового материала, рассуждение.	1	анкетирование
45.			Как сохранить здоровье на работе?	Работа в парах	Практические занятия	1	Практические задания
46.			Что такое профессиональная пригодность?	групповая	Изучение нового материала, рассуждение.	1	Практические задания
47.			Профессиональная пригодность при разных типах профессий	Работа в парах	Практическая работа	1	Практические задания
48.			Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях	групповая	Изучение нового материала.	1	Устный опрос
49.			Профилактика заболеваний, связанных с той или иной профессией	Индивид	Практическая работа	1	Письменный ответ
50.			Свод важных профессиональных качеств	Работа в парах	Изучение нового материала, рассуждение.	1	Устный опрос

51.			Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий	Индивид	Практическая работа	1	анкетирование
52.			Рынок труда.	групповая	Изучение нового материала	1	Письменный опрос
53.			Потребности рынка труда в кадрах	Работа в парах	Рассуждение, выдвижение гипотез и их обоснование.	1	тестирование
54.			Имидж современного делового человека	индивид	Рассуждение, анализ, выдвижение гипотез и их обоснование.	1	Анкетирование
55.			Правила этикета при устройстве на работу	групповая	Изучение нового материала.	1	Письменный ответ
56.			Самопрезентация по правилам поведения на собеседовании	Индивид	Практическая работа	1	Презентация
57.			Самопрезентация по имиджу на собеседовании	Работа в парах	Практическая работа	1	Презентация
58.			Резюме: структура и содержание	Индивид	Изучение нового материала.	1	Устный опрос
59.			Правила составления резюме	Работа в парах	Практическая работа	1	Резюме
60.			Виды профессионального образования в России	групповая	Изучение нового материала. Обобщение.	1	Устный опрос
61.			Обзор образовательных учреждений России	Индивид	Практическая работа	1	Презентация

62.			Высшее профессиональное образование в Красноярском крае	групповая	Изучение нового материала	1	Устный опрос
63.			Обзор образовательных учреждений Красноярского края	Индивид	Практическая работа	1	Презентация
64.			Получение среднего профессионального образования в Красноярском крае	Работа в парах	Изучение нового материала. Рассуждение и обобщение	1	Практическое задание
65.			Получение среднего профессионального образования в городе Минусинске	групповая	Изучение нового материала. Рассуждение и обобщение	1	Устный опрос
66.			Виртуальный обзор образовательных учреждений Шушенковского	индивид	Практическая работа	1	Презентация
67.			Понятие профессиональный план.	групповая	Изучение нового материала	1	Устный опрос
68.			Составление личного профессионального плана. Теория	Индивид	Практическая работа	1	Презентация
69.			Составление личного профессионального плана. Практика		Практическая работа	1	презентация
70.			Подготовка к защите плана	Индивид	Практическая работа	1	Контрольный срез
71.			Промежуточная аттестация. Теория	Индивид	Практическая работа	1	Устный опрос
72.			Промежуточная аттестация. Презентация	Индивид	Практическая работа	1	презентация

## 2.2. Условия реализации программы

### 2.2.1. Материально-техническое, информационное, кадровое обеспечение

<b>Материально-техническое обеспечение</b>	Компьютер, мультимедийный проектор, стимульный материал к методикам, комплект презентаций к некоторым урокам, словари и справочники.
--	--



<b>Информационное обеспечение</b>	- методические разработки к занятиям; - раздаточный и демонстрационный материал
<b>Кадровое обеспечение</b>	Образовательный процесс обеспечивает педагог ДО МОБУ «Мигнинская СШ»

### 2.2.3 Методические материалы

<b>Педагогические технологии</b>	дифференцированное обучение, личностно-ориентированное обучение, развивающее обучение, ИКТ, проблемное обучение.
<b>Методы обучения</b>	Словесные, наглядные, практические: лекции, практические задания, тренинги, деловые игры, беседы и т.д.
<b>Алгоритм учебного занятия</b>	Организационный момент, постановка цели, проверка и закрепление пройденного материала, изучение нового материала, проверка усвоения новых знаний, контроль и самопроверка знаний, подведение итогов, домашнее задание.
<b>Дидактические материалы (к занятиям на формирование компетенции)</b>	Справочники, диагностики, таблицы, схемы, пособия, карточки, и т.д.
<b>Оценочные материалы</b>	1. Диагностика «Осведомленность о мире профессий» 2. КГБОУ ДПО «Красноярский краевой центр профориентации и развития квалификаций» мониторинг профессиональных планов выпускников общеобразовательных организаций. 3. Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова «Типы профессий». 4. Карта интересов А.Е. Голомшток.

### 2.2.4. Список литературы

#### Для педагога

1. Воронкова С.А. Подпрограмма развития школы: проект предпрофильной подготовки в основной школе// Завуч. - 2006. - №6. - С.10-34.
2. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003. – 176 с. – (Материалы для специалиста образовательного учреждения).

#### Для родителей:

1. Артюхова И.С. Проблема выбора профиля обучения в старшей школе // Педагогика. - 2004. - №2. - С.28-33.
2. Грецов А. Выбираем профессию. Советы практического психолога.

#### Для детей:

1. Дзятковская Е.Н. Учет индивидуальных особенностей школьников при подготовке к профильному обучению// Профильная школа. - 2003. - №2. - С. 24-26.
2. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8 – 11 классы). – М.: ВАКО, 2005. – 288 с. (Педагогика. Психология. Управление).