

Муниципальное образовательное учреждение  
Мокробугурнинская средняя общеобразовательная школа  
муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ Мокробугурнинская СШ :

\_\_\_\_\_ Бакирова С.К.

Приказ №158 от «30 »августа 2023г

**Рабочая программа**  
**по основам профессионального самоопределения**  
**для учащихся 9 класса**  
**на 2023 -2024 учебный год**  
**учителя Лявуковой Л.П.**  
**34 часа (1 час в неделю)**

Рассмотрено и одобрено на заседании  
ШМО учителей предметников  
гуманитарного цикла  
Протокол № 1 от «25» августа 2023 г.  
Руководитель ШМО \_\_\_\_\_  
Скворцова М.И

Согласовано: \_\_\_\_\_  
Зам.директора по УВР  
Чернова О.Г.  
Протокол №2  
от «28» августа 2023 год

## Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Курс «Профессиональное самоопределение» является составной частью образовательной области «Технология». Он предназначен для учащихся 9 класса, на изучение курса выделяется 17 часов. При этом 30% учебного времени отводится на теоретические и 70% – на практические занятия. Изучение курса завершается выполнением и защитой творческого проекта «Мой выбор»

**Цели курса:** подготовить учащихся к адекватному профессиональному самоопределению; сформировать у них обоснованное профессиональное намерение; способствовать реализации выпускниками школ конституционного права свободно распоряжаться своими способностями к труду, выбирать род деятельности и профессию; развивать способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

### **Задачи курса:**

1. Вооружение учащихся научными основами профессионального самоопределения.
2. Повышение профессиональной грамотности учащихся.
3. Формирование у учащихся профессиональной направленности, профессионального самосознания и призвания, положительного отношения к себе как субъекту будущей профессиональной деятельности.
4. Развитие у учащихся умения анализировать профессии и профессиональную деятельность и соотносить свои способности с требованиями профессии.
5. Формирование потребности в профессиональном самосовершенствовании.

В результате изучения курса «Мое профессиональное самоопределение» по разделам «Введение в профессиональное самоопределение. Профессиональное самоопределение и правила выбора профессии». «Профессиональная деятельность»

ученик научится:

понимать

- психологические характеристики человека; понятие о личности, направленности, структуре, потребностях личности; социально-типические и индивидуально-психологические качества личности; приемы анализа индивидуальных особенностей личности; роль адекватной самооценки при выборе профессии и в профессиональной последующей деятельности; сущность понятий профессиональные интересы, склонности, способности, их значимость в

профессиональной деятельности; природные свойства нервной системы; эмоциональные состояния личности; ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленных свойствами нервной системы; роль эмоций в профессиональной деятельности человека; понятие о психических процессах и их роли в профессиональной деятельности; понятие о профессиональной деятельности и ее субъекте; понятие о специальности и квалификации работника; требования к качествам личности при выборе профессии; о возможностях личности в профессиональной деятельности; характеристику профессий и специальностей с точки зрения гарантии трудоустройства; понятие о личном профессиональном и жизненном плане, способы его составления и обоснования.

уметь

- сопоставлять свои способности и возможности с требованиями профессии; составлять и обосновывать профессиональный личный план с учетом профессий и специальностей с точки зрения их востребованности ;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для самоанализа и адекватной самооценки и коррекции своих профессиональных планов. По разделу «Многообразие мира профессий. Рынок труда и профессий»

ученик научится:

понимать

- основные понятия, принципы и направления анализа рынка труда; факторы, влияющие на уровень оплаты труда; конъюнктуру рынка труда и профессий; средства получения информации о рынке труда и путях профессионального образования ; виды и формы получения профессионального образования; виды учреждений профессионального образования в Ульяновской области;

Уметь

- находить информацию из различных источников о региональном рынке труда, о вакансиях на рынке труда и образовательных услугах, об учреждениях профессионального образования (города, поселка) и о путях получения профессионального образования и трудоустройства по месту жительства;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для профессионального самоопределения в условиях рыночной экономики согласно требованиям рынка труда (города, поселка). В результате изучения разделов «Профильное обучение как начальное профессиональное образование» и «Проектная деятельность в профессиональном самоопределении»

ученик научится:

понимать

- понятие о профильном обучении, видах профилей, учебных планах; резюме, его видах, требованиях к составлению; понятие о портфолио, его структуре, требованиях к составлению; понятие об автобиографии и эссе; понятие о проекте, проектной деятельности; классификацию, структуру проекта; понятие об экзистенциальном проектировании, этапы выполнения проекта; требования к выполнению исследовательской и практической части проекта, к оформлению документации, защите проекта. Критерии оценки защиты проекта; понятие о саморефлексии, самопроектировании (профессионального); методы, приемы, способы решения жизненных проблем, самоконтроля готовности к профессиональному самоопределению; уметь
- составлять резюме, портфолио;
- разрабатывать учебный проект «Профессиональное самоопределение» с учетом потребностей рынка и собственных склонностей и потребностей использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:
- для осуществления самостоятельной учебно-познавательной (исследовательской и проектной) деятельности, для осознанного выбора профиля обучения с учетом возможностей личности и профессиональных потребностей, а также требований рынка труда .

*Учащиеся получают представления:*

- о своих возможностях;
- о своём характере, своих достоинствах и недостатках;
- об особенностях своего мышления, внимания и памяти;

- об источниках стресса в нашей жизни, о его влиянии на нас;
- о различных профессиях, относящихся к определённому типу
- привлекательных и непривлекательных сторонах любой профессии
- «о профессиональной пригодности»
- «о личном профессиональном плане»

*Учащиеся получают опыт:*

- самопознания;
- принятия решений;
- преодоления поведенческих стереотипов;
- работы с тестовым материалом;
- межличностного общения в группе;
- выявления направленности профессиональных интересов
- знакомства с правилами грамотного выбора профессии
- проведения интервью

*Учащиеся научатся:*

- адекватно оценивать себя;
- адекватно реагировать на собственные эмоции;
- навыкам социально приемлемого поведения;
- примерять к своим интересам и склонностям отрасли промышленности
- избегать ошибки в выборе профессии и их последствия

- осмысливать характеристики некоторых профессий и соотносить их со своими возможностями
- правильно составлять личный профессиональный план
- выбирать адекватные целям методы сбора первичной информации.

## Содержание учебного предмета, курса

### ***Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения»***

#### **Введение в курс «Профессиональное самоопределение»**

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мой выбор». Литература по курсу.

#### **1. Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека**

Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Определение понятий «наличное Я», «желаемое Я». Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

*Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Сформулировать и записать в тетрадь смысл и цель своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия».

#### **2. Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития**

Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление.

Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности.

*Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Выписать в тетрадь и осмыслить высказывание Г. К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идёт твёрдо к избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной цели — тогда удастся у тебя жизнь».

### **3. Значение, ситуация и правила выбора профессии**

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу-Могу-Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

*Практическая работа.* Записать в тетрадь опорные понятия и правила выбора профессии. Проведение диспута «Кем быть?». Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».

### **4 Типичные ошибки при выборе профессии**

Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий. Незнание правил выбора профессий. Незнание себя.

*Практическая работа.* Решение ситуаций выбора профессий. Заполнить таблицу:

<b>Незнание мира профессий</b>	<b>Незнание себя</b>	<b>Незнание правил выбора профессии</b>
1. Устаревшие представления о характере труда и условиях труда в конкретных профессиях	1. Необъективная оценка своих возможностей	1. Отождествление учебного предмета с профессией
2. Предубеждения в отношении престижности профессии	2. Неумение соотнести свои способности с требованиями	2. Перенос отношения к человеку на профессию

	профессии	
		3. Выбор профессии «за компанию»
		4. Неумение определить пути приобретения профессии

### **5. Творческий проект «Мой выбор»: сущность и структура**

Сущность проекта. Цель проектирования. Виды проектов. Цель, задачи и компоненты проекта «Мой выбор». Основные разделы проекта: обоснование профессии, профессиограмма профессии, профессиональная проба, профессиональная пригодность, профессиональное намерение и карьера, план подготовки к приобретению профессии, готовность к профессиональному самоопределению, литература.

*Практическая работа.* Запись в тетради основных понятий.

### **6. Тестовый контроль по разделу «Основы профессионального и жизненного самоопределения»**

#### ***Раздел 2. Мир труда и профессий***

### **7. Профессия и специальность: происхождение и сущность**

Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессий.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь основных опорных понятий. Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

### **8. Многообразие мира труда**

Сущность и виды труда. Процесс труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средство труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сферы материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства.

*Практическая работа.* Записать основные понятия. Заполнить таблицу:

<b>Позиции</b>	<b>Содержание</b>
Моя будущая профессия	
Сфера экономики	
Отрасль экономики	
Сектор экономики	

### **9. Классификация профессий. Формула профессии**

Способы классификации профессии, их достоинства и недостатки. Классификационные признаки. Классификация профессии Е.А. Климова по предмету, цели, орудиям и условиям труда. Классы профессии. Отделы профессий. Группа профессии. Формула профессий и ее роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь основных понятий. Дидактическая игра «Классификация профессии». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.

### **10. Профессиональная деятельность и карьера человека**

Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение таблицы:

<b>Позиции</b>	<b>Содержание</b>
Моя будущая профессия	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	
Предмет труда	
Средства труда	

Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание)	
Возможная заработная плата	

### 11. Рынок труда и его требования к профессионалу

Сущность рынка труда и принципа его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда Ульяновской области..

*Практическая работа.* Записать в тетрадь опорные понятия. Изложить в тетради сведения о личных и профессиональных качествах, профессионального идеала, которого можно считать образцом для подражания в будущей профессиональной деятельности.

### 12. Тестовый контроль по разделу «Мир труда и профессии»

#### *Раздел 3. Человек и профессия*

### 13. Профессионально важные качества личности

Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности. Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание. Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общение, особые и специфические профессионально важные качества личности.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнить таблицу:

Профессиональные качества, необходимые для овладения  
выбранными мною профессией

общение	особенные	специфические

#### **14. Профессиональные интересы и склонности. Мотивы выбора профессии**

Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение склонностей школьников к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).

#### **Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении**

Ценностная ориентация, как избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентации, виды ценностей.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение ценностей школьников с помощью методики «к чему стремятся люди в жизни».

#### **15. Особенности психических процессов и выбор профессии**

Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.

#### **16. Темперамент и выбор профессии**

Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности человека

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение типа темперамента школьников по методике Айзенка.

#### **17. Характер и выбор профессии**

Определение понятия «характер». Черты и типы характера. Положительные и отрицательные черты характера в отношении человека к себе, другим людям, различным видам деятельности, общественной и личной собственности. Характер и выбор профессии. Общие требования типов профессии к характеру человека.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

### **18. Роль способностей в профессиональной деятельности**

Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развитие способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессии и специальные способности.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий. Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методике «КОС» и «Определение склонностей».

### **19. Тип личности и выбор профессии**

Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистические (практические), интеллектуальные, артистические, социальные, предприимчивые (предпринимательские), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: схожие и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий. Выявления типов личности по методике Дж. Холланда.

### **20. Здоровье и выбор профессии**

Понятие здоровья. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Группы профессии по степени их выявления на здоровье человека. Дееспособность, трудоспособность, работоспособность. Медицинские показания и противопоказания. Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях. Укрепление здоровья в состоянии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль режима дня и активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление школьниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».

### **21. Профессиональная пригодность и самооценка**

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ — Я», как система представлений о себе. Структура «Образа — Я»: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Реальное «Я», идеальное «Я», «Я» - глазами других людей. «Я — концепция», как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я — концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление по различным методикам профессиональной пригодности школьников к предполагаемым видам деятельности. Выявление уровня самооценки школьников при помощи методики «Уровень самооценки».

## **22. Тестовый контроль по разделу «Человек и профессия»**

### ***Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении***

#### **23. Анализ профессиональной деятельности**

Источники информации о профессиях. Сущность, назначение и структура профессиограммы. Психограмма как составная часть профессиограммы. Роль профессиограмм и психограмм в подготовке учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с профессиограммами. Разработка профессиограммы предполагаемой профессии.

#### **24. Профессиональные пробы и творческие проекты**

Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении. Содержание профпроб по типам профессий. Этапы выполнения и уровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профпроб.

Сущность и классификация творческих проектов. Требования к творческим проектам. Этапы выполнения творческих проектов.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Дидактическая игра «Человек — профессия». Игровые упражнения «Кто есть кто», «Спящий город».

#### **25. Профильное обучение предпрофильная подготовка**

Цели, задачи и содержания профильного обучения старшеклассников. Структурное содержание профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по выбору. Профили обучения. Цели и задачи

предпрофильной подготовки выпускников основной школы. Компоненты предпрофильного обучения: краткосрочные курсы по выбору, профессиональная информация, профессиональная консультация и диагностика.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий.

## **26. Пути получения профессионального образования**

Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального обучения. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональные образовательные учреждения. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, б курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий, видов учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, ознакомления с учебными заведениями г. Ульяновска.

## **27. Профессиональная консультация**

Сущность, цель, задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональных консультаций. Подготовка учащихся к профессиональной консультации.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Составления перечня вопросов к профконсультантам. Дидактическая игра «Профессиональное консультирование».

## **28. Профессиональное саморазвитие и самовоспитание**

Человеческие ресурсы. Виды возможностей человека: интеллектуальные, физические, специальные. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приемы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания: самоубеждение, самовнушение, самоприказ, самообразование, самоконтроль, самооценка.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Составление школьниками плана подготовки к приобретению профессии.

## **29. Готовность к профессиональному самоопределению.**

### **Принятие решения о профессиональном выборе**

Готовность к профессиональному самоопределению. Показатель готовности к профсамоопределению, ее уровни. Принятие решения о профессиональном выборе.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.

### **30. Тестовый контроль по разделу «Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении»**

#### **31-32. Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление**

Цели и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта «Мой выбор». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проекта.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с примерами творческих проектов «Мой выбор», выполненными учениками предыдущих классов. Выполнение и оформление проекта.

#### **33. Защита творческих проектов «Мой выбор»**

Критерии оценки их выполнения и защиты. Представление жюри. Порядок проведения защиты творческих проектов. Представление учащимися пояснительной записки и результатов профпроб, ответы на вопросы. Оценивание защиты, подведение итогов.

*Практическая работа.* Представление и защита проектов.

**Тематическое планирование с указанием количества часов,  
отводимых на освоение каждой темы**

№ уро-ка	Кол-во часо-в	Тема урока	Дата	
			План.	Фактич.
1	1	Жизненное самоопределение человека		
2	1	Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития		
3	1	Значение, ситуация и правила выбора профессии		
4	1	Типичные ошибки при выборе профессии		
5	1	Творческий проект «Мой выбор»		
6	1	Тестовый контроль знаний по разделу		
7	1	Профессия и специальность: происхождение и сущность		
8	1	Многообразие мира труда		
9	1	Классификация профессий. Формула профессии		
10	1	Профессиональная деятельность и карьера человека		
11	1	Рынок труда и его требования к профессионалу		
12	1	Тестовый контроль знаний по разделу		

13	1	Профессионально важные качества человека		
14	1	Профессиональные интересы и склонности. Мотивы выбора профессии		
15	1	Особенности психических процессов и выбор профессии		
16	1	Темперамент и выбор профессии		
17	1	Характер и выбор профессий		
18	1	Роль способностей профессиональной деятельности		
19	1	Тип личности и выбор профессии		
20	1	Профессиональная деятельность и здоровье		
21	1	Профессиональная пригодность и самооценка		
22	1	Тестовый контроль знаний по разделу		
23	1	Анализ профессиональной деятельности		
24	1	Профессиональная проба и творческие проекты		
25	1	Профильное обучение и предпрофильная подготовка		

26	1	Пути получения профессионального образования		
27	1	Профессиональная консультация		
28	1	Профессиональное самоопределение и самовоспитание		
29	1	Готовность к профессиональному самоопределению. Принятие решения о профессиональном выборе		
30	1	Тестовый контроль знаний по разделу		
31-32	2	Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление проекта		
33	1	Защита творческих проектов «Мой выбор»		