

Муниципальное общеобразовательное автономное бюджетное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №76»

МОАУ "СОШ №76"

Рассмотрено

Руководитель МО

_____Т.Н. Ангелова

на педагогическом совете №1

Протокол №1 от 29.08.2024 г.

Согласовано

Заместитель директора по УВР

_____Н.А. Жаркова

Протокол №1 от 29.08.2024 г.

«Утверждаю»

Директор

_____Е.А.Валайнис

Приказ №01-15-352 от 29.08.2024 г.

Рабочая программа курса

«Профессиональная карьера»

Для обучающихся 11 классов

Оренбург, 2024 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Изменяющаяся структура экономики России влечет за собой и изменение состава профессий. Многие из них отмирают, возникают новые, расширяются функции существующих. Все большее место занимает в обществе сфера услуг, индивидуализируется стиль жизни и труда, усиливается взаимосвязь между обществом и личностью.

Помочь учащимся ориентироваться в сложном мире труда призван новый курс «Профессиональная карьера».

Цель курса: формирование у учащихся знаний о мире профессий и создание условий для успешной профориентации младших подростков в будущем.

Задачи курса:

Образовательные:

расширять у детей представления о разнообразии профессий на основе характерных трудовых процессов и результатов труда, представлении о структуре труда (цель, мотив, материал, трудовые действия, результат);

расширять знания детей о родных людях, их профессиях, значимости их труда в семье и обществе; активизировать в речи слова, родовые понятия и видовые обобщения, связанные с темой, учить выражать свое отношение к той или иной профессии.

Воспитательные:

воспитывать в детях чувство уважения к труду взрослых, расширение кругозора, уточнение представлений об окружающем мире, создание положительной основы для воспитания социально-личностных чувств; воспитание физических, психологических, социальных качеств, необходимых для полноценного развития личности.

Планируемые результаты освоения курса «Профессиональная карьера»

Предметные результаты:

- усвоение первоначальных сведений о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений, характерных для природной и социальной действительности (в пределах изученного);
- сформированность целостного, социально-ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- владение базовым понятийным аппаратом, необходимым для получения дальнейшего образования в области естественно-научных и социально гуманитарных дисциплин;
- владение навыками устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире природы и социума;
- овладение основами экологической грамотности, элементарными правилами нравственного поведения в мире природы и людей, нормами здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

- высказывать своё предположение (версию), работать по плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую.

Коммуникативные УУД

- доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.

Личностные результаты:

- непрерывное духовно-нравственное развитие, реализация творческого потенциала в социально ориентированной, общественно-полезной деятельности на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания;
- воспитание уважительного отношения к труду, интерес к профессиям, желание овладеть какой-либо профессиональной деятельностью;
- формирование поведенческих навыков трудовой деятельности, ответственность, дисциплинированность, самостоятельность в труде.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА.

1. Вводное занятие — 1 ч.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Входной контроль.

2. Внутренний мир человека и возможности его познания — 2 ч.

1. Понятие личности.

Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей. Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний психологический мир человека.

2. Практическая работа №1 «Составление «дерева» психологических качеств личности».

3. Многообразие мира профессий — 1 ч.

Труд в жизни человека и общества.

Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение. Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.

4. Представление о себе и проблема выбора профессии — 2 ч.

1. Представление о себе и проблема выбора профессии.

«Образ «Я» как система представлений о себе. Структура «образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

2. Практическая работа №2 «Составление словаря профессий».

5. «Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо») — 2 ч.

1. «Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»).

«Хочу» — склонности, желания, интересы личности; «могу» — человеческие возможности

(физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» — потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии. Общее понятие о профессии, специальности, должности.

2. Практическая работа №3 «Личный профессиональный план».

6. Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу») — 2 ч.

1. Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов.

(Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения. Развивающие процедуры. Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.)

2. Практическая работа №4 «Диагностические процедуры. Карта интересов; опросник профессиональной готовности».

7. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») — 2 ч.

1. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).

(Понятие профпригодности. Профессионально важные качества. Активная роль личности при выборе профессии.)

2. Практическая работа №5 «Знакомство с описаниями профессий».

8. Социальные проблемы труда («надо») — 3ч.

1. Разделение труда. Содержание и характер труда.

(Общественное разделение труда. Территориальное разделение труда. Формы разделения труда на предприятии. Социальные перемещения. Содержание и характер трудовых функций. Профессионализация. Специализация. Квалификация.)

2. Процесс и условия труда.

(Современные требования к труду. Предметы и средства труда. Условия труда.)

3. Практическая работа №6 «Труд в современном обществе».

9. Социально-психологический портрет современного профессионала — 2 ч.

1. Социально-психологический портрет современного профессионала.

(Предприимчивость. Интеллектуальность. Ответственность. Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений.)

2. Практикум №7 - Деловая игра «Мэрия».

10. Анализ профессий — 2 ч.

1. Основные признаки профессиональной деятельности.

(Предмет труда. Цели труда. Средства труда. Проблемность трудовых ситуаций.

Коллективность процесса труда. Ответственность в труде. Условия труда. Формула профессии. Понятие о профессиограмме.)

2. Классификация профессий.

(Способы классификации профессий. Профессия типа «человек-человек», «человек-Знаковая сила», «человек – художественный образ», «человек-техника», «человек-природа».)

11. Здоровье и выбор профессии — 1ч.

(Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы.)

12. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности — 2 ч.

1. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.

(Общее представление о нервной системе и ее свойствах (сила, подвижность, уравновешенность). Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности.)

2. Практикум №8 - Диагностические процедуры. Теппинг-тест; проба Лан-чиса.

13. Темперамент в профессиональном становлении личности — 2 ч.

1. Темперамент в профессиональном становлении личности.

(Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных Типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности. Психологические состояния (монотонность, утомление, психическая направленность в ситуациях аварийности и риска) в трудовом процессе.)

2. Практическая работа № 9. «Анализ особенностей поведения людей, имеющих разные типы темперамента, в конкретных ситуациях».

14. Ведущие отношения личности и типы профессий — 2 ч.

1. Ведущие отношения личности и типы профессий.

(Отношение к деятельности (удовлетворенность трудом, местом работы, профессией).

Отношение к людям (профессиональные взаимоотношения). Отношение к самому себе.

Особенности самовосприятия и самооценивания. Отношение к предметному миру.)

2. Практикум № 10- Деловая игра «Модель идеального города».

15. Эмоциональные состояния личности — 2 ч.

1. Эмоциональные состояния личности.

(Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния).

2. Практическая работа №11. «Самонаблюдение за динамикой настроения».

16. Волевые качества личности — 1ч.

(Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия профессиональных решений.)

17. Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда — 9

1.Способность к запоминанию.

Общее

представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение,

забывание, узнавание и воспроизведение). Виды памяти и их роль в различных видах профессиональной деятельности. Условия развития памяти.)

2.Способность быть внимательным.

(Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность).

Наблюдательность как профессионально важное качество. Условия развития внимания.)

3.Способность оперировать пространственными представлениями.

(Роль образов в процессе переработки информации. Значение способности строить в уме пространственные представления и оперировать ими для решения определенных профессиональных задач.)

4.Способность устанавливать связи и закономерности между понятиями.

(Способность к выявлению и установлению связей как условие эффективности профессионального труда. Основные типы связей.)

5.Способность изменять способы интеллектуальной деятельности.

(Психологическая характеристика ригидности (гибкости) интеллектуальной деятельности. Познавательные «барьеры» в различных типах профессий, возможности их преодоления. Способность к ломке шаблонных связей как условие оригинальности интеллектуальной деятельности.)

6. Индивидуальные стили кодирования информации.

(Соотношение трех основных форм кодирования информации: словесной, образной и чувственно-сенсорной. Роль образного и чувственно-сенсорного опыта в стимулировании творческой профессиональной активности.)

7.Индивидуальные стили переработки информации.

(Индивидуальные различия в способах восприятия и понимания происходящего.)

8.Практикум №12 –диагностические процедуры методики «Свободная сортировка», «Включение фигуры»

9. Практикум №13 –диагностические процедуры методики «Свободная сортировка», «Включение фигуры».

18. Неисчерпаемость человеческих ресурсов — 2 ч.

1. Неисчерпаемость человеческих ресурсов.

(Творческое отношение к собственной жизни. Психологические механизмы компенсации. Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей профессиональной судьбы. Программа и средства самовоспитания.)

2. Практическая работа №14. «Составление индивидуальной программ самовоспитания».

19. Человек в новых социально-экономических условиях — 3ч.

1. Структурная перестройка экономики.

(Новая индустриализация. Развитие производственной инфраструктуры. Сфера услуг. Конверсия.) Развитие сельского хозяйства. Земельная реформа. Фермерство.)

2. Экологические проблемы и их решение.

(Хозяйственный механизм: экономические рычаги, управление. Разгосударствление экономики. Приватизация. Хозяйственная инициатива. Коммерческий риск. Маркетинг. Менеджмент. Контрактные связи. Малый бизнес. Иностранные инвестиции.)

3. Практикум №15 - Сюжетно-ролевая игра «Пресс-конференция».

20. Человек среди людей — 4 ч.

1. Личность и межличностные отношения в группах.

(Лидерство. Совместная деятельность в трудовом коллективе. Психологическая совместимость людей. Принятие групповых решений.)

2. Виды общения.

Конфликты, пути разрешения конфликтных ситуаций.

3. Диагностические процедуры.

(Опросники «Потребность в общении», «Диагностика межличностных отношений», «Эмпатия».)

4. Развивающие процедуры.

(Элементы социально-психологического тренинга (умение вести диалог, поведение в конфликтных ситуациях). Психотехническая игра «Угадай человека».)

21. Современный рынок труда и его требования к профессионалу — 3 ч.

1. Разнообразные виды предприятий и форм собственности.

(Акционерные общества, концерны, хозяйственные ассоциации, объединения. Кооперация, аренда, индивидуальная трудовая деятельность. Новый тип организации людей производственной деятельности в условиях рыночной экономики. Самоокупаемость. Самофинансирование.)

2. Рынок, его функции, структура.

(Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок. Конкуренция. Конъюнктура рынка. Формирование рыночной инфраструктуры. Развитие предпринимательства. Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение). Прогнозирование состояния рынков рабочей силы. Занятость населения. Безработица. Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП.)

3. Практическая работа №16 «Определение изменений состава профессий на одном из предприятий за последние пять лет».

22. Пути получения профессии — 1 ч.

(Система профессионально-технического образования. Типы профессиональных училищ, условия приема и обучения в них. Подготовка рабочих на производстве. Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения. Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов. Возможности квалификационного роста.)

23. Моя профессиональная карьера — 4 ч.

1. Понятие о профессиональной карьере.

(Критерии профессиональной компетентности.)

2. Индивидуальный профессиональный план.

3. Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

4. Практическая работа №17. «Анализ личного профессионального плана». (1ч.)

24. Оценка способности школьников к выбору профессии — 4ч.

1. Общие основы оценки способности личности к выбору профессии.

2. Оценка способности к самоанализу.

(Анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности профессиональных проб.)

3. Показатель соответствия выбранной профессии склонностям учащегося.

4. Практическая работа №18. «Определение способности школьников к выбору профессии».

25. Индивидуальный профессиональный план — 1ч.

1. Практическая работа №19. «Составить свой индивидуальный

профессиональный план».

26. Промежуточная аттестация: итоговая контрольная работа – 1ч.

27. Профконсультационные услуги —6 ч.

(Виды профконсультации. Возможность получения профессиональной и медицинской консультации.)

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название раздела (блока)	Количество часов	Теория	Практические работы	Электронные ресурсы	Дата проведения
1	Вводное занятие. Человек в новых социально-экономических условиях.	1	1		https://proektoria.online/	05.09.2025
2	Внутренний мир человека и возможности его познания.	1	1		https://proektoria.online/	12.09.2024
3	Представление о себе и выборе профессии. Самопознание личности.	1		1	https://new.atlas100.ru/	19.09.2024
4	Многообразие мира профессий.	1	1		https://new.atlas100.ru/	26.09.2024
5	Представление о себе и проблема выбора профессии.	1	1		https://new.atlas100.ru/	03.10.2024
6	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Интересы, склонности и возможности личности.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	10.10.2024
7	Вид деятельности. Сфера деятельности.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	17.10.2024
8	Индивидуальные особенности личности. Возможности личности в профессиональной деятельности	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	24.10.2024
9	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Интересы, склонности и возможности личности.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	07.11.2024
10	Интересы и выбор профессии.	1		1		14.11.2024
11	Профессиональная карьера и здоровье.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	21.11.2024

12	Интересы и выбор профессии.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	28.11.2024
13	Социальные проблемы труда («надо»).	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	05.12.2024
14	Мотивы труда.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	12.12.2024
15	Социально-психологический портрет современного профессионала.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	19.12.2024
16	Труд как потребность человеческой жизни.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	26.12.2024
17	Анализ профессий.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	09.01.2025
18	Здоровье и выбор профессии.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	16.01.2025
19	Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	23.01.2025
20	Проблемы общения в трудовом коллективе. Основные формы эмоциональных переживаний.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	30.01.2025
21	Темперамент в профессиональном становлении личности.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	06.02.2025
22	Секреты профессиональной успешности. Социальные проблемы труда	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	13.02.2025
23	Эмоциональное состояние личности.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	20.02.2025
24	Волевые качества личности.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	27.02.2025

25	Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	06.03.2025
26	Неисчерпаемость человеческих ресурсов.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	13.03.2025
27	Анализ профессий	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	20.03.2025
28	Человек в новых социально-экономических условиях.	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	10.04.2025
29	Современный рынок труда и его требования к профессионалу.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	15.04.2025
30	Особенности деловых контактов в труде.	1		1		23.04.2025
31	Пути получения профессии.	1	1		https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	24.04.2025
32	Моя профессиональная карьера.	1	1	1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	15.05.2025
33	Почему люди становятся безработными.	1		1		22.05.2025
34	Индивидуальный профессиональный план. Промежуточная аттестация: итоговая контрольная работа	1		1	https://new.atlas100.ru/ https://proektoria.online/	17.04.2025
ИТОГО:		34	19	15		

Полезные электронные ресурсы:

https://proforientacia123.blogspot.com/p/blog-page_74.html

[55 бизнес-идей для стартапов сегодня: лучшие идеи для старта бизнеса в этом году - Бизнес-журнал В-MAG — российский деловой журнал](#)

<https://bvbinfo.ru/>

<https://rodn-i-k.narod.ru/>

https://studbooks.net/578033/kulturologiya/vyyavlenie_obschego_osobennogo_deyatelnosti_su_schnosti_ekspozitsionera_hudozhnika

Оценочные процедуры:

Промежуточная аттестация: итоговая контрольная работа

Задание 1. Перечислите самые распространенные способы поиска работы?

Задание 2. Напишите наиболее типичные причины в отказе работы?

Задание 3. Соотнесите понятие и подходящее по смыслу определение:

Рабочая сила

А. это сфера формирования спроса и предложения рабочей силы (трудовых услуг)

2. Рынок труда

Б. форма материального вознаграждения за труд (часть стоимости, созданной и реализованной продукции, услуг), поступающего наемным работникам предприятий и учреждений

3. Человеческий капитал

В. вознаграждение за труд, которое назначается работнику в виде определенной суммы денег

4. Заработная плата

Г. запас интеллектуальных способностей и практических навыков, полученных в процессе образования и практической деятельности человека, а в экономической науке – способность людей к участию в процессе производства

5. Номинальная зарплата

Д. способность человека трудиться, т. е. физические и умственные возможности, а также навыки, позволяющие человеку выполнять определенные виды работ, обеспечивая при этом необходимый уровень производительности труда и качества изготавливаемой продукции

6. Реальная зарплата

Е. деятельность людей, связанная с удовлетворением их личных потребностей и, как правило, приносящая им трудовой доход.

7. Занятость

Ж. это социально-экономическое явление, при котором часть трудоспособного населения не может найти себе работу и становится резервной армией труда

8. Безработица

З. сумма жизненных благ, которые можно приобрести за номинальную плату при данном уровне цен на товары и услуги

Задание 4. Что такое резюме? Каковы его основные блоки?

Задание 5. Перечислите наиболее популярные вопросы работнику от работодателя при приеме на работу?

Задание 6. Перечислите, необходимые документы для приема на работу?

Задание 7. Дайте определение понятию самопрезентация и назовите ее основные принципы?

Задание 8. Соотнесите виды портфолио и их особенности:

А. состоит из снимков в разных жанрах

2. Портфолио фотографа

Б. состоит из примеров лучших работ специалиста: рекламных текстов, слоганов, названий компаний и продуктов

3. Портфолио модели

В. включает лучшие работы специалиста по каждому виду услуг, таких как дизайн сайтов, создание фирменного стиля, дизайн наружной рекламы и многое другое.

4. Портфолио учителя или тренера

Г. Включает примеры фотографий, сделанных в разных жанрах и работы, получившие призы на профессиональных конкурсах

5. Портфолио дизайнера

Д. отрывки с мастер-классов, отзывы специалистов и слушателей, информацию о профессиональных наградах, достижениях, ученых званиях, научных публикаций

Задание 9. Какая обязательная информация должна содержаться в портфолио?