

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Новосидоровская средняя общеобразовательная школа  
имени 25 героев 12 пограничной заставы»

«Рассмотрено» на заседании  
педагогического совета школы

Протокол №1 от «26» августа 2020г.

«Утверждено»

Директор школы

*Зубарева*

Е.А.Зубарева

Приказ № 111 от 26.08.2020г.



**Адаптированная рабочая программа учебного курса**

**«Твоя профессиональная карьера»**

для 9 классов  
(срок реализации 1 год)

**Составитель:**

*Большевская Дарья Юрьевна*, учитель  
технологии первой квалификационной  
категории МКОУ «Новосидоровская средняя  
общеобразовательная школа имени 25 героев  
12 пограничной заставы»

село Новая Сидоровка  
2020 год

## Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа составлена на основе государственной программы «Твоя профессиональная карьера 8 – 9 классы» под редакцией Чистяковой С.Н.

Модификация программы состоит в изменении практической части (включении диагностических методик), а также в изменении содержания и наполнения тем.

Программа рассчитана на 34 учебных часа, включающих в себя как теоретический материал, так и практические упражнения, тренинги, экскурсии.

### Цели курса:

- оказание психолого-педагогической поддержки учащимся в выборе пути дальнейшего образования;
- актуализировать процесс профессионального самоопределения обучающихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе диагностических работ;
- развить у обучающихся способности к профессиональной адаптации в современных социально – экономических условиях.

### Задачи курса:

- повысить уровень психологической компетенции обучающихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей 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 диагностических работ.

**В результате изучения данного курса у учащихся с ОВЗ должны быть сформированы:**

- знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной деятельности человека, о рынке профессионального труда и образовательных услуг;
- о возможностях получения образования в дальнейшей перспективе;
- о психологических основах принятия решения;
- умения находить правильные пути достижения успехов в профессиональной карьере, объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью, ставить цели и планировать действия для их достижения, выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт.

Задания для итогового контроля выбираются в соответствии с образцами заданий для проверки достижения требований к уровню подготовки выпускников, причем объем заданий невысокой сложности преобладает.

Для учеников уменьшены требования при оценивании контрольных работ.

Основной задачей курса является подготовка учащихся на уровне требований, предъявляемых обязательным минимумом содержания образования по профориентации.

## Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов	В том числе:		
			диагностика	экскурсии	контрольные работы
1	Образ «Я»	14	5		1
2	Мир профессионального труда	17	7	3	2
3	Дневник профессиональной карьеры	3			
<b>Итого:</b>		34	12	3	3

### Содержание учебного курса

#### Тема №1: Образ «Я» - 14 часов

Образ «Я» - это система представлений личности о себе. Он ориентирован на решение следующих основных задач: повышение уровня психологической компетентности учащихся, формирование у них положительного восприятия и чувства своей индивидуальности как изначальной ценности.

##### Учащиеся с ОВЗ должны знать:

- многообразие мира профессий;
- социальные проблемы труда;
- свои индивидуальные психологические особенности.

##### Учащиеся с ОВЗ должны уметь:

- свободно выбирать тот или иной вариант своего профессионального будущего.

#### Тема №2: Мир профессионального труда – 17 часов

Формирование у школьника способности к анализу профессиональной деятельности. Сообщение сведений о сходных профессиях, сравнение различных профессий; разработка специальных описаний профессий, раскрывающих специфику профессии, использование формул профессий, изучение и осмысление содержания труда.

##### Учащиеся с ОВЗ должны знать:

- классификацию профессий;
- свойства нервной системы человека в профессиональной деятельности;
- современный рынок труда;
- пути получения профессий.

##### Учащиеся с ОВЗ должны уметь:

- анализировать профессиональную деятельность;
- выявлять классификационные признаки профессиональной деятельности;
- проводить сравнительный анализ профессий и составлять формулы профессий.

#### Тема №3: Дневник профессиональной карьеры – 3 часа

Работа с дневником профессиональной карьеры позволит по-новому взглянуть на себя, познать и оценить свои внутренние возможности, выявить свои индивидуальные особенности и внутренние ресурсы, что, в свою очередь, поможет наметить программу самоподготовки к будущей профессиональной карьере и успешно ее осуществить.

## Требования к уровню подготовки обучающихся

### Учащиеся с ОВЗ должны знать:

- значение профессионального самоопределения;
- требования к составлению профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах, ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности, связанных с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, эмоциональной сфере, интеллектуальных способностях;
- значение творческого потенциала человека.

### Учащиеся с ОВЗ должны иметь представление:

- 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 рынке труда.

### Учащиеся с ОВЗ должны уметь:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- классифицировать профессии по определенным признакам;
- составлять личный профессиональный план;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

## Контрольно-измерительный материал

Формы промежуточного контроля знаний, умений, навыков учащихся с ОВЗ: контрольные работы № 1, 2, 3.

Форма итогового контроля: составление и защита дневника профессиональной карьеры.

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Внутренний мир человека и возможности его познания. Диагностические процедуры: «Психогеометрический тест».	1
2	Многообразие мира профессий	1
3	Секреты выбора профессии. Профессиональный план. Диагностические процедуры: тест «Самооценка личности».	1
4	Типичные ошибки при выборе профессии. Диагностические процедуры: тест «Акцентуации характера».	1
5	Профессиональная карьера и здоровье. Упражнение «Эмоциональная почта».	1
6	Свойства нервной системы в профессиональной деятельности. Диагностические процедуры: «Теплинг-тест».	1
7	Темперамент в профессиональной деятельности. Диагностические процедуры: «Определение темперамента личности».	1
8	Ведущие отношения личности и типы профессий.	1

	Контрольная работа № 1 (20 мин)	
9	Эмоциональные состояния личности. Упражнение «Шляпа пожеланий».	1
10	Волевые качества личности. Диагностические процедуры: «Волевой потенциал личности».	1
11	Способности к запоминанию. Диагностические процедуры: «Пиктограмма».	1
12	Способность быть внимательным.	1
13	Человек среди людей. Диагностические процедуры: методика «Уровень субъективного контроля»	1
14	Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда. Диагностические процедуры: «Тип мышления».	1
15	Совершенствование человека в труде. Профессионализм. Контрольная работа № 2 (20 мин)	1
16	Разделение труда.	1
17	Социально-профессиональная мобильность. Диагностические процедуры: методика определения типа ценностных ориентаций.	1
18	Содержание труда.	1
19	Характер труда в профессиональной деятельности.	1
20	Предмет труда в профессиональной деятельности.	1
21	Цели профессионального труда.	1
22	Средства труда в профессиональной деятельности.	1
23	Проблемность трудовых ситуаций.	1
24	Коллективность трудового процесса.	1
25	Самостоятельность в профессиональной деятельности. Контрольная работа № 3 (20 мин)	1
26	Ответственность в профессиональной деятельности.	1
27	Качества профессионала XXI века. Диагностические процедуры: методика «Интеллектуальная мобильность»	1
28	Пути получения профессии.	1
29	Профессиограмма и анализ профессий.	1
30	Современный рынок труда и его требования к профессионалу.	1
31	Человек на рынке труда. Диагностические процедуры: «Образ будущего».	1
32	Моя профессиональная карьера	1
33	Моя профессиональная карьера	1
34	Профконсультационные услуги	1
	<b>Итого:</b>	34

### **Учебно-методическая литература для учителя**

1. Климов Е.А. Психология профессионала. - Москва-Воронеж, 1996.
2. Программа курса «Твоя профессиональная карьера» (Электронный ресурс), Режим доступа: [http://www.prosv.ru/ebooks/Chistakova\\_Tvoia-prof-kariera/index.html](http://www.prosv.ru/ebooks/Chistakova_Tvoia-prof-kariera/index.html)
3. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. - Москва-Воронеж, 1996.
4. Психогометрический тест (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://azps.ru/tests/stest/behaviourmelo.html>
5. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие. Ред. и сост. Т.А.Ратанова, Н.Ф.Шляхта – М., 2000.
6. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. - М.: Генезис, 2005.
7. Сборник психологических тестов. Часть III: Пособие / Сост. Е.Е.Миронова – Мн.: Женский институт ЭНВИЛА, 2006. – 120 с.
8. Сонин В.А. Психодиагностическое познание профессиональной деятельности. – СПб., 2004. - С.80-84.
9. Твоя профессиональная карьера: методика: книга для учителя / под ред. С.Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2006.
10. Твоя профессиональная карьера: учеб. Для 8-9 кл. общеобразоват. учреждений / под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной. – М.: Просвещение, 2006. – 159с.
11. Тест на волевые качества личности (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://relax.wildmistress.ru/wm/relax.nsf/publicall/d2f76a0ae36f9114c325757200550089>
12. Тест - опросник Г. Шмишека, К. Леонгарда. Методика Акцентуации характера и темперамента личности (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://psycabi.net/testy/395-test-oprosnik-g-shmisheka-k-leongarda-metodika-aktsentuatsii-kharaktera-i-temperamenta>
13. Тест "Пиктограмма" А.Р.Лурия (исследование памяти) (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/61-diagnosis-of-intellectual-development/485-test-icon-luria-the-study-of-memory>
14. Уровень самооценки (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://tvoiuspeh7.ru/samoocenka-lichnosti-v-psihologii-testi.html>
15. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии, 2002. - С.394-399.

### **Учебно-методическая литература для обучающихся**

1. Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. – М., 1990.
2. Гуткин М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9 классов общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 2005.
3. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей; Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично; Как перестать беспокоиться и начать жить: Пер. с англ. – М., 1990.
4. Климов Е.А. Как выбирать профессию? – М., 1990.
5. Павлютенков Е.М. Кем быть? – Киев, 1989.
6. Экскурсии в мир профессий. – М., 2005.
7. Энциклопедия для детей. Выбор профессии / глав. ред. Е. Ананьева. – М.: Аванта, 2003.

## Контрольная работа № 1

### 1. Соотнесите понятия и определения:

- |                   |  |
|-------------------|--|
| А) профессия;     | а) это особые качества человека, которые являются результатом его развития;  |
| Б) специальность; | б) это необходимая для общества, ограниченная (вследствие разделения труда) область приложения физических и духовных сил человека, дающая ему взамен приложенного им труда возможность существования и развития; |
| В) карьера;       | в) вид занятий в рамках одной профессии;   |
| Г) личность.      | г) движение, путь кого-нибудь к внешним успехам, славе, выгодам, почету, сопровождающее деятельность на каком-нибудь общественном поприще.   |

### 2. Сколько профессий и специальностей насчитывается в современном мире?

- а) не более 200;
- б) не более 5000;
- в) не более 10000;
- г) более 40000.

### 3. Назовите составляющие стратегии выбора профессии (профессионального плана).

### 4. Назовите и охарактеризуйте типичные ошибки при выборе профессии.

### 5. Определите к какой степени профессиональной пригодности, по Е.А. Климову, относится данная характеристика.

- ✓ Эта степень характеризуется тем, что нет противопоказаний. То есть, есть реальный шанс, что человек будет хорошим специалистом в определенной области.

### 6. Распределите предлагаемый перечень профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам:

- ✓ токарь, заведующая поликлиникой, слесарь, монтажник, репортер, менеджер, животновод, терапевт, директор, врач, собственный корреспондент газеты, маляр, бригадир, машинистка, токарь-револьверщик, слесарь-сантехник, учитель физики, окулист, строитель, фотокорреспондент, секретарь-референт, программист, писатель, журналист, завуч школы, редактор, начальник смены.

Профессия	Специальность	Должность

## Контрольная работа № 2

1. Назовите и кратко охарактеризуйте четыре основные формы эмоциональных состояний.
2. К какому понятию относится нижеприведенное определение:  
✓ переживания, в форме пристрастного, сугубо личного отражения жизненного смысла явлений и ситуаций.
3. Приведите примеры профессий, предъявляющих повышенные требования к:  
✓ практическому мышлению;  
✓ образному мышлению;  
✓ абстрактному или логическому мышлению.
4. Что является основным условием развития личностного потенциала?
5. Почему человеку необходимо как можно точнее определить и как можно раньше начать развивать свои способности?

## Контрольная работа № 3

1. Назовите и охарактеризуйте виды разделения труда.
2. Вставьте пропущенные слова в приведенные ниже определения:  
✓ Предмет труда – это то, на что \_\_\_\_\_ труд человека.  
✓ Средства труда – необходимый \_\_\_\_\_ трудового процесса.  
✓ Профессионал – это человек, как правило, \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_, не замыкающийся в узкой области своего \_\_\_\_\_.
3. Составьте профессиограмму (одна на выбор):  
✓ автослесаря;  
✓ врача-хирурга;  
✓ учителя начальных классов;  
✓ повара;  
✓ столяра;  
✓ юриста;  
✓ журналиста;  
✓ ветеринара;  
✓ официанта;  
✓ продавца;  
✓ дизайнера.