

**Лангепасское городское муниципальное автономное  
общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 4»**

**Рассмотрено**  
Руководитель ШМО

\_\_\_\_\_  
Протокол заседания ШМО  
От «\_\_» \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_

**Согласовано**  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_  
Л.В.Глухова  
\_\_\_\_\_  
Н.М.Орлова  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

**Утверждаю**  
Директор ЛГ МАОУ «СОШ №4»  
\_\_\_\_\_  
Т.А.Панферова  
Приказ от «\_\_» \_\_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

*по курсу «Твоя профессиональная карьера» для 8  
классов на 2024-2025 учебный год*

Количество часов: **34 (1ч. в неделю)**

Составитель: **Якупова Лира Раильевна**

Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом ЛГ МБОУ «СОШ №4» и программы С.Н. Чистяковой, В.П. Бондаревой, М.С. Гуткина, Т.М. Занковской, Г.Ф. Михальченко «Технология. Твоя профессиональная карьера», для учащихся 8-9 классов .

г.Лангепас, 2024

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа курса «Моя профессия-мой выбор» составлена на основе примерной программы курса «Твоя профессиональная карьера»; авторской программы курса С.Н.Чистяковой «Технология. Твоя профессиональная карьера» Москва: «Просвещение», 2009г.

### **Цели курса:**

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб;
- развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

### **Задачи курса:**

- повысить уровень психологической компетенции учащихся 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 профессиональных проб.

### **Формы организации учебного процесса:**

Применяются диагностические и развивающие методические процедуры. Кроме того, по всем темам курса проводятся практические работы.

Изучение курса предполагает активное участие школьников в подготовке и проведении занятий, насыщение уроков и домашних заданий различными упражнениями для самостоятельной работы, раздаточным дидактическим материалом.

При изучении теоретического материала используются:

методы обучения: объяснительно - иллюстративный, проблемный, исследовательско-творческий, репродуктивный (беседа, рассказ, семинар, применение новых знаний, самостоятельное изучение нового по книге, решение проблемных задач); методы контроля за знаниями, умениями и навыками учащихся: текущие наблюдения, устный опрос, письменный опрос, домашние творческие задания (письменная работа (сочинение) «Мой путь в профессию», составление собственного резюме); дидактические принципы обучения: наглядность, системность и последовательность знаний, доступность и посильность, сознательность и активность, связь теории с практикой, обучения с жизнью, научность, прочность и т. д.;

виды деятельности учащихся (учебной): репродуктивный (деятельность по образцу), репродуктивно-поисковый, частично-поисковый, поисковый (творческий);

виды учебной работы: чтение, пересказ, слушание, ответы на вопросы; формы учебной работы учащихся: фронтальная, индивидуальная, групповая.

В процессе преподавания курса будут использоваться разнообразные формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, урок-тест, урокконкурс, урок-консультация, урок-защита тематических заданий, урок-лекция, урокпрактикум, урок-экскурсия, урок - деловая игра, индивидуальные и групповые беседы; 4 описание профессий, встреча с представителями отдельных профессий, составление и решение профориентационных кроссвордов и др.

### **Общая характеристика предмета**

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.

Знакомясь с приемами самопознания и самоанализа личности, учащиеся соотносят свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессии, намечают планы реализации профессиональных намерений. Проводимые одновременно с изучением курса профессиональные пробы дают им возможность углубить и закрепить полученные знания и умения. Школьники приобретают практический опыт работы по конкретной профессии и на основании этого определяют путь дальнейшего профессионального обучения.

Большое значение имеют профессиональные пробы учащихся. Профессиональная проба — это завершенный вид учебно-трудовой, познавательной деятельности учащихся, имеющей профессиональную направленность.

### **Место предмета в учебном базисном плане**

Рабочая программа рассчитана на 34 часа из расчета 1 час в неделю за счёт школьного компонента учебного плана.

## **Основное содержание курса «Твоя профессиональная карьера». (8 класс)**

### **1. Вводное занятие – 1 ч.**

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «В мире профессий. Кем быть?»

*Практическая работа.* Знакомство с дневником выбора профессии.

### **2. Внутренний мир человека и возможности его познания – 2 ч.**

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

*Практическая работа.* Составление «дерева» психологических качеств личности.

### **3. Многообразие мира профессий – 1ч.**

Труд в жизни человека и общества. Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение. Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.

*Практическая работа.* Интернет. Видеоролики «Мир профессий». Составление словаря профессий.

### **4. Представление о себе и проблема выбора профессии – 2 ч.**

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

Диагностические процедуры. Методика «Кто Я?»

Развивающие процедуры. Методика «Произвольное самописание» (с учетом модификации «Я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение реального и идеального «я»).

### **5. «Секреты» выбора профессии (хочу – могу – надо) – 2 ч.**

«Хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии.

*Практическая работа.* Ответы на вопросы: какие три специальности относятся к одной профессии? К какой профессии относятся следующие специальности: хирург, стоматолог, терапевт, невропатолог? Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам.

### **6. Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу») — 3 ч**

Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов. Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения.

Диагностические процедуры. Карта интересов; опросник профессиональной готовности.

Развивающие процедуры. Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.

### **7. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») — 3 ч.**

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

Диагностические процедуры. Методика самооценки индивидуальных особенностей.

*Практическая работа.* Знакомство с описаниями профессий.

### **8. Социальные проблемы труда («надо») — 4 ч.**

Разделение труда. Общественное разделение труда. Территориальное разделение труда.

Формы разделения труда на предприятии. Социальные перемещения. Содержание и характер трудовых функций. Профессионализация. Специализация. Квалификация.

*Развивающие процедуры.* Игровая дискуссия «Кто нужен нашему городу?».

Содержание и характер труда. Цель труда и его результаты. Умственный и физический труд. Характер труда. Культура труда.

*Практическая работа.* Определить, в деятельности каких профессионалов преобладает труд сложный, простой, умственный, физический (предлагается перечень профессий).

Процесс и условия труда. Современные требования к труду. Предметы и средства труда. Условия труда.

*Практическая работа.* Письменная работа на тему «Труд в современном обществе» с последующим обсуждением.

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

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

## **10. Анализ профессий — 3 ч.**

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.

*Практическая работа.* Конкурс «Угадай профессию».

Классификация профессий.

Способы классификации профессий.

Профессии типа «человек — человек», «человек — техника», «человек — природа», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ». Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.

*Практическая работа.* Составление формул профессий.

## **11. Здоровье и выбор профессии — 1 ч.**

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.

*Практическая работа.* Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.

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

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.

*Диагностические процедуры.* Тесты.

## **13. Темперамент в профессиональном становлении личности — 2 ч.**

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.

*Диагностические процедуры.* Опросник Айзенка.

*Практическая работа.* Анализ особенностей поведения людей, имеющих разные типы темперамента, в конкретных ситуациях.

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

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.

### **15. Эмоциональные состояния личности — 2 ч.**

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

Диагностические процедуры. Опросник «Беспокойство — тревога», методика «Незаконченные предложения».

Развивающие процедуры. Ознакомление с простейшими приемами психической саморегуляции.

*Практическая работа.* Самонаблюдение за динамикой настроения.

### **16. Творческие отчеты. Презентации. — 2 ч.**

Презентация творческих работ учащихся. Оценка и самооценка работ. Подведение итогов.

### **Учебно – методическое обеспечение.**

1. Твоя профессиональная карьера: Учеб. для 8—9 кл. общеобразоват. учреждений / Под ред. С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной. — М., 1998.
2. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной. — М., 1999.
3. Бондарев В. Выбор профессии. — М., 1989.
4. Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. — М., 1990.
5. Дидактические материалы к курсу «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С. Н. Чистяковой, А. Я. Журкиной. — М., 1998.
6. Климов Е. А. Как выбирать профессию? — М., 1990. Коломинский Я. Л. Человек — психология. — М., 1986.
7. Кучевская Н. В. Советы психолога продавцу. — М., 1990.  
Мир профессий: В 6 т. — М., 1985—1989.
8. Прощицкая Е. Н. Выбирайте профессию. — М., 1990.  
Павлютенков Е. М. Кем быть? — Киев, 1989.
9. Классные часы: 8, 9 класс / автор-составитель А.В.Давыдова.- М., ВАКО, 2012 (Учебный год)
10. ИКТ в профессиональном самоопределении старшеклассников. Автор-составитель А.В.Кореко, Волгоград, Учитель, 2010
11. Технология. 9 класс: материалы к урокам раздела «Профессиональное самоопределение» по программе В.Д.Симоненко/ автор-составитель А.Н.Бобровская. —Волгоград:Учитель,2009
12. П.М.Горев, В.В.Утемов. Двадцать хитроумных задачек Совенка. Учебное пособие.Киров, 2015

## Календарно-тематическое планирование

| №  | № тем | Наименование разделов и тем                                                                    | Элемент содержания                                                                      | всего часов | дата |      | корректировка |
|----|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------|------|---------------|
|    |       |                                                                                                |                                                                                         |             | план | факт |               |
|    |       | <b>Вводное занятие</b>                                                                         |                                                                                         | <b>1</b>    |      |      |               |
| 1  | 1     | Вводное занятие. Программа курса.                                                              | Путь к самопознанию. Образ «Я» и профессии.                                             |             |      |      |               |
|    |       | <b>Внутренний мир человека и возможности его познания</b>                                      |                                                                                         | <b>2</b>    |      |      |               |
| 2  | 1     | Внутренний мир человека и возможности его познания.                                            | Пути получения профессионального образования.                                           |             |      |      |               |
| 3  | 2     | Практическая работа №1. Составление «деревя» профессиональных качеств личности.                | Познай самого себя. Кто Я? Каков Я? Самонаблюдения, эксперимент.                        |             |      |      |               |
|    |       | <b>Многообразие мира профессий</b>                                                             |                                                                                         | <b>1</b>    |      |      |               |
| 4  | 1     | Многообразие мира профессий.                                                                   | Региональный рынок труда и образовательных услуг.                                       |             |      |      |               |
|    |       | <b>Представление о себе и проблема выбора профессии</b>                                        |                                                                                         | <b>2</b>    |      |      |               |
| 5  | 1     | Представление о себе и проблема выбора профессии                                               | Образ «Я» как система представлений о себе. Учет качеств личности при выборе профессии. |             |      |      |               |
| 6  | 2     | Практическая работа №2.                                                                        | Методика «Кто я?»                                                                       |             |      |      |               |
|    |       | <b>«Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»)</b>                                   |                                                                                         | <b>2</b>    |      |      |               |
| 7  | 1     | Общее понятие о профессии, специальности, должности.                                           | Понятие о специальности и квалификации работника.                                       |             |      |      |               |
| 8  | 2     | Практическая работа №3.                                                                        | Распределение профессий, специальностей и должностей по соответствующим группам.        |             |      |      |               |
|    |       | <b>Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)</b>                                |                                                                                         | <b>3</b>    |      |      |               |
| 9  | 1     | Склонности и интересы в профессиональном выборе.                                               | Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства.     |             |      |      |               |
| 10 | 2     | Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек» (торговое дело, работа с детьми) | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора      |             |      |      |               |
| 11 | 3     | Практическая работа №4.                                                                        | Опросник профессиональной готовности.                                                   |             |      |      |               |
|    |       | <b>Возможности личности в профессиональной деятельности «могу»</b>                             |                                                                                         | <b>3</b>    |      |      |               |

|    |   |                                                                                                                                    |                                                                                               |   |  |  |  |
|----|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|--|
| 12 | 1 | Возможности личности в профессиональной деятельности                                                                               | Факторы, влияющие на уровень оплаты труда.                                                    |   |  |  |  |
| 13 | 2 | Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек»                                                                      | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора            |   |  |  |  |
| 14 | 3 | Практическая работа №5.                                                                                                            | Знакомство с описаниями профессий.                                                            |   |  |  |  |
|    |   | <b>Социальные проблемы труда («надо»)</b>                                                                                          |                                                                                               | 4 |  |  |  |
| 15 | 1 | Процесс и условия труда. Разделение труда                                                                                          | Сферы современного производства. Разделение труда на производстве.                            |   |  |  |  |
| 16 | 2 | Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника» (деревообработка, швейное дело)                                      | Профессиональная проба-этап профессионального самоопределения, индикатор правильности выбора. |   |  |  |  |
| 17 | 3 | Содержание и характер труда                                                                                                        | Основные составляющие производства. Влияние техники и технологий на виды и содержание труда.  |   |  |  |  |
| 18 | 4 | Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника»                                                                      | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора            |   |  |  |  |
|    |   | <b>Социально-психологический портрет современного профессионала</b>                                                                |                                                                                               | 2 |  |  |  |
| 19 | 1 | Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа» (растениеводство)                                                    | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора            |   |  |  |  |
| 20 | 2 | Практическая работа №6.                                                                                                            | Знакомство с описаниями профессий.                                                            |   |  |  |  |
|    |   | <b>Анализ профессий Основные признаки профессиональной деятельности</b>                                                            |                                                                                               | 3 |  |  |  |
| 21 | 1 | Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа»                                                                      | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора            |   |  |  |  |
| 22 | 2 | Классификация профессий                                                                                                            | Многообразие мира профессионального труда.                                                    |   |  |  |  |
| 23 | 3 | Практическая работа №7.                                                                                                            | Определение профессии по описанию.                                                            |   |  |  |  |
|    |   | <b>Здоровье и выбор профессии</b>                                                                                                  |                                                                                               | 1 |  |  |  |
| 24 | 1 | Здоровье и выбор профессии. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система» (выполнение канцелярских работ) | Здоровье и выбор профессии. Профессиональная проба-этап профес. самоопределения,              |   |  |  |  |



|    |   |                                                                                                                                  |                                                                                                              |          |  |  |  |
|----|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|--|--|
|    |   |                                                                                                                                  | индикатор правильности выбора                                                                                |          |  |  |  |
|    |   | <b>Свойства нервной системы в профессиональной деятельности</b>                                                                  |                                                                                                              | <b>2</b> |  |  |  |
| 25 | 1 | Свойства нервной системы в профессиональной деятельности. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система» | Свойства нервной системы. Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора |          |  |  |  |
| 26 | 2 | Диагностические процедуры.                                                                                                       | Теппинг – тест.                                                                                              |          |  |  |  |
|    |   | <b>Темперамент в профессиональном становлении личности</b>                                                                       |                                                                                                              | <b>2</b> |  |  |  |
| 27 | 1 | Ведущие отношения личности и типы профессий.                                                                                     | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора                           |          |  |  |  |
| 28 | 2 | Диагностические процедуры.                                                                                                       | Методика диагностики по Айзенку.                                                                             |          |  |  |  |
|    |   | <b>Ведущие отношения личности и типы профессий</b>                                                                               |                                                                                                              | <b>2</b> |  |  |  |
| 29 | 1 | Отношение к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру.                                                            | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора                           |          |  |  |  |
| 30 | 2 | Диагностические процедуры.                                                                                                       | Методика «Уровень субъективного контроля»                                                                    |          |  |  |  |
|    |   | <b>Эмоциональные состояния личности</b>                                                                                          |                                                                                                              | <b>2</b> |  |  |  |
| 31 | 1 | Эмоциональные состояния личности. Профессиональные пробы по профессиям типа «человек -художественный образ»                      | Профессиональная проба-этап профес. самоопределения, индикатор правильности выбора                           |          |  |  |  |
| 32 | 2 | Практическая работа №8.                                                                                                          | Самонаблюдение за динамикой настроения.                                                                      |          |  |  |  |
|    |   | <b>Творческие работы. Презентации.</b>                                                                                           |                                                                                                              | <b>2</b> |  |  |  |
| 33 | 1 | <b>Творческие отчеты.</b>                                                                                                        | Самооценка и оценка презентации выполненных учебных работ.                                                   |          |  |  |  |
| 34 | 2 | <b>Творческие отчеты.</b>                                                                                                        | Самооценка и оценка презентации выполненных учебных работ.                                                   |          |  |  |  |
|    |   |                                                                                                                                  |                                                                                                              |          |  |  |  |

