Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя образовательная школа №1»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании ШМО  Протокол № от  Руководитель ШМО \_\_\_\_\_\_ Хузина Э.М. | Согласовано  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Е.Юдина | Утверждаю  Директор МБОУ «СОШ № 1»  \_\_\_\_\_\_ Ю.В. Жукова |

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности**

**"Профориентация. Тропинка в профессию"**

**8 класс**

**Составил:**

**Юдина Н.Е.,**

**учитель**

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения. Программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в самоопределении, в том числе в определении сферы будущей профессиональной деятельности. А это влечёт за собой необходимость в педагогическом сопровождении профессионального самоопределения школьников, в развитии мотивации школьника к осуществлению трудовой деятельности, в формировании готовности школьников к выбору профессионального пути и к обучению в течение всей жизни. Эти важные задачи лишь отчасти решаются в учебном процессе. Работа по программе внеурочной деятельности «Профориентация: тропинка в профессию» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития учащегося задачи

Программа станет востребованной как школьниками, которые планируют после окончания основной школы продолжить обучение в колледжах и техникумах, так и теми, кто планирует получить среднее образование в стенах школы. Сегодня профессионалу любой сферы деятельности необходимо владеть набором универсальных навыков, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля (направленности) предполагаемой будущей профессии.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ПРОФОРИЕНТАЦИЯ. ПУТЬ В ПРОФЕССИЮ»

Курс внеурочной деятельности «Профориентация. Путь в профессию» нацелен на помощь учащемуся:

в освоении над профессиональных компетенций (навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решений и ответственности за них т д ). Эти навыки являются важными для любой профессии, владение ими позволит учащемуся в будущем реализовать себя как в профессиональной сфере, так и в личной жизни;

ориентации в мире профессий и в способах получения профессионального образования Это позволит учащемуся в большей степени самостоятельно делать выборы в професси- ональной сфере, объективнее оценивать свои шансы на получение профессии, корректировать свой школьный образовательный маршрут;

в познании себя, своих мотивов, устремлений, склонностей. Эти навыки помогут учащемуся стать увереннее в себе, честнее с самим собой, понимать и оценивать степень влияния других людей на свои решения, в том числе в сфере выбора профессии;

в формировании и развитии трёх компонентов готовности к профессиональному самоопределению: мотивационно-личностного (смыслового), когнитивного (карьерная грамотность) и деятельностного;

в планировании жизненного и профессионального пути. Это позволит учащемуся строить образ своего будущего, видеть задачи, которые предстоит решить для достижения этого образа;

в поддержании мотивации учащегося к осуществлению трудовой деятельности. Это позволит ему видеть социальный характер любого труда, понимать естественность каждодневных усилий как для повышения своего будущего профессионального уровня, так и для обычного труда в семье, во дворе своего дома.

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*В сфере гражданского воспитания:*

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Профориентация. Тропинка в профессию»; готовность к разнообразной совместной деятельности;

выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса на основе взаимопонимания и взаимопомощи

*В сфере патриотического воспитания:*

осознание российской гражданской идентичности в поли- культурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе профориентационных экскурсий на предприятия своего региона

*В сфере духовно-нравственного воспитания:*

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать своё поведение и поступки, пове- дение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии

*В сфере эстетического воспитания:*

осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;

стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного;

стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интерне среде;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вы- званным необходимостью профессионального самоопределе- ния, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека

*В сфере трудового воспитания:*

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда раз- личного рода, в том числе на основе знаний, полученных в ходе изучения курса «Профориентация. Тропинка в профессию»;

осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

готовность адаптироваться в профессиональной среде;

уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

осознанный выбор и построение индивидуальной образова- тельной траектории и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей

*В сфере экологического воспитания:*

повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями сферы «человек-природа»;

активное неприятие действий, приносящих вред окружаю- щей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность;

осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред

*В сфере понимания ценности научного познания*:

ориентация в деятельности, связанной с освоением курса

«Профориентация. Путь в профессию», на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека, в том числе в профессиональной сфере;

овладение основными навыками исследовательской деятель- ности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

M освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;

способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других, проходить профессиональные пробы в разных сферах деятельности;

навык выявления и связывания образов, способность осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие, в том числе профессиональное;

умение оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;

M умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;

способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями*:

выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;

использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;

аргументировать свою позицию, мнение;

оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе работы с интернет-источниками;

самостоятельно формулировать обобщения и выводы по ре- зультатам проведённого обсуждения в группе или в паре;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанные с выбором будущей профессии;

выдвигать предположения о возможном росте и падении спроса на ту или иную специальность в новых условиях;

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации, связанной с профессиональной деятельностью или дальнейшим обучением;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпрети- ровать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных участников курса «Профориентация. Путь в профессию»

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включённых в курс «Профориентация. Путь в профессию»;

выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;

понимать намерения других участников занятий курса «Профориентация. Путь в профессию», проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях, в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по суще- ству обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты работы, проделанной в рамках выполнения заданий, связанных с тематикой курса по профориентации;

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких участников курса «Профориентация. Путь в профессию», проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и др );

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с действиями других участников курса «Профориентация. Путь в профессию»

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивны ми действиями:*

выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выборе будущей профессии;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку опыту, приобретённому в ходе прохождения курса по профориентации, уметь находить позитивное в любой ситуации;

уметь вносить коррективы в свою деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

различать, называть и управлять собственными эмоциями;

уметь ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения участников курса, осознанно относиться к ним.

Содержание курса внеурочной деятельности

**«ПРОФОРИЕНТАЦИЯ. ТРОПИНКА В ПРОФЕССИЮ»**

## Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности

**«Профориентация. Тропинка в профессию» (1,5 ч)**

Знакомство участников программы Игры и упражнения, помогающие познакомиться Ожидания каждого школьника и группы в целом от совместной работы Понятие «профессия» О чём люди думают прежде всего, когда задумываются о буду- щей профессии Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь Примеры профессиональных судеб известных учёных, писателей, изобретателей, артистов Развилки на профессиональном пути

Особенности современного рынка труда страны и региона Профессии прошлого, настоящего, будущего Профессии членов семей школьников и педагогических работников школы С чего начать проектирование собственного профессионального пути Первый выбор, связанный с будущей профессией, который делает школьник после получения аттестата об основном общем образовании Собственный ранжированный список пред- почитаемых профессий: первая версия

Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу. Общее и особенное каждой профессии. Что важно для людей любой профессии. Профессиональные и надпрофессиональные навыки. Современные исследования об определяющей роли надпрофессиональных навыков человека для поиска работы, карьерного роста, самореализации в профессии Профессии, которые ушли в прошлое

## Раздел 2. Универсальные навыки (10 ч)

Вербальная и невербальная коммуникация и их роль в профессиональной жизни человека Устная и письменная речь Нужно ли профессионалу быть грамотным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие Невербальные средства общения Жесты, мимика, телодвижения как источник информации о человеке (например, для потенциального работодателя) Влияние интонации на слушателя Эффективная коммуникация Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета Составление перечня профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным

Понимание как основа взаимоотношений между людьми Умение поставить себя на место другого человека Эмпатия как способность человека осознанно сопереживать эмоциональному состоянию других людей Перечень профессий, для представителей которых важно обладать эмпатией О чём говорят поступки человека Личная страница в соцсетях как возможность понять других людей

Что такое «личное пространство человека» Значение лично- го пространства для самочувствия, настроения, работоспособ- ности человека Почему нас раздражает переполненный транс- порт или давка в очереди Дистанции в общении Нарушение личных границ Способы сохранения личных границ в личной и профессиональной сфере

Чем опасен конфликт в профессиональной жизни человека? Польза конфликта Нужно ли и как избегать конфликтных ситуаций? Конфликт как стимул к дальнейшему развитию Конструктивный и деструктивный путь развития конфликта

«Я-высказывания» против «ты-высказываний» Способы взаи- модействия в конфликте Ролевые игры, помогающие получить навык разрешения конфликта «Конфликтоёмкие» профессии Влияние профессии на здоровье человека Профессиональные риски, возникающие не только в травмоопасном производстве Риск возникновения заболеваний, связанных с про-

фессией. Способы профилактики

## Раздел 3. Какой я? (12 ч)

Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе развития Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии Игры, развивающие внимание, память, логику, абстрактное и критическое мышление Правила командных игр Профессии, требующие максимальной концентрации внимания

Способность к самопознанию как особенность человека Воз- никновение лженаук астрологии и нумерологии как ответ на запрос человека о познании себя Способы получения знаний о себе «Я» в зеркале «другого» Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения Профессии «психолог» и «психотерапевт» Профориентационные тесты стандартизированной методики оценки (При разработке и использовании профориентационной диагностики целесообразно опираться на Российский стандарт тестирования персонала ) О точности их результатов Экстремальные ситуации и

«экстремальные» профессии

Какое впечатление мы производим на людей и какое впечатление люди производят на нас Внешняя красота и внутренняя Проблема неравенства при приёме на работу

Кому и когда важно презентовать себя На что обращают вни- мание при первом знакомстве во время приёма на работу Язык тела Грамотная речь как ресурс человека Создание собственного стиля и уместность его демонстрации при приёме на работу Резюме — что это такое и как его составить

## Раздел 4. Образовательная траектория (6 ч)

Ошибки, которые мы совершаем в жизни Причины ошибок Ошибка в выборе профессии и её последствия Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профессии Пути исправления ошибок Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов Построение траектории собственной жизни Сегодняшние успехи и достижения Факторы, влияющие на успех в карьере Примеры траекторий становления известных людей

мира, страны, города

Большая профориентационная игра как способ конструиро- вания школьником собственного образовательного и профессионального маршрута Этапы проведения игры Цели и задачи игры

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

21

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
| **Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (1,5 ч)** | | |
| Начало пути к вы- бору профессии  (0,5 ч) | Знакомство участников програм- мы Игры и упражнения, помо- гающие познакомиться Ожида- ния каждого школьника и груп- пы в целом от совместной работы Понятие «профессия» О чём люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей про- фессии Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь Примеры профессиональ- ных судеб известных учёных, пи- сателей, изобретателей, арти- стов Развилки на профессио- нальном пути | Представление участников программы Участие в играх, помогающих познакомиться, снять напряжение, установить доверительную атмо- сферу (например, «Никто не знает, что я…»,  «Расскажи мне о себе» и т п 2) Высказывание детьми своих ожиданий от занятий курса с ис- пользованием игры «Разворачивающаяся коопе- рация»3 Обсуждение вопроса о том, всегда ли совпадают призвание и профессия, полученное образование и сфера деятельности Беседа о раз- вилках на профессиональном пути, уникально- сти каждого профессионального маршрута, о на- личии у каждого возможностей для его измене- ния |
| Мои сегодняшние профессиональные предпочтения (0,5 ч) | Особенности современного рын- ка труда страны и региона Про- фессии прошлого, настоящего, будущего Профессии членов се- мей школьников и педагогиче- ских работников школы С чего начать проектирование собствен- ного профессионального пути | Участие в беседе об особенностях современного рынка труда в России, в том числе об отраслях, которые сегодня испытывают дефицит кадров (сельское хозяйство, металлургия, информаци- онные технологии, химическая промышлен- ность), о низкой доле наукоёмких, технологич- ных отраслей; о самозанятости и удалённой ра- боте; о единой цифровой платформе занятости; |

*Продолжение*

22

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
|  | Первый выбор, связанный с бу- дущей профессией, который де- лает школьник после получения аттестата об основном общем об- разовании Собственный ранжи- рованный список предпочитае- мых профессий: первая версия | о портале «Работа в России» Составление общего для группы списка профессий, которыми владе- ют члены семей детей Блиц-интервью с директо- ром школы «Профессии людей, которые работа- ют в нашей школе» Участие в игре «Незакончен- ное предложение», во время которой каждый школьник продолжает предложение «После окончания 9 класса я, скорее всего…» Самосто- ятельная работа, в процессе которой каждый школьник составляет собственный ранжирован- ный список предпочитаемых на сегодняшний день профессий |
| Что важно для че- ловека любой про- фессии (0,5 ч) | Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу Общее и особен- ное каждой профессии Что важ- но для людей любой профессии Профессиональные и надпрофес- сиональные навыки Современ- ные исследования об определяю- щей роли надпрофессиональных навыков человека для поиска ра- боты, карьерного роста, самореа- лизации в профессии Профес- сии, которые ушли в прошлое | Составление списка из 10—12 профессий, пред- ставителей которых школьники встречают по пути из дома в школу Деловая игра «Общее и особенное каждой профессии»4, во время кото- рой участники формулируют профессиональные и надпрофессиональные навыки, необходимые представителям профессий, и делают вывод о том, что надпрофессиональные навыки у пред- ставителей разных профессий очень близки меж- ду собой Беседа о причинах этого и принципи- альной важности коммуникации для представи- телей почти всех профессий Знакомство с ролью надпрофессиональных навыков в становлении профессионального и личного пути человека |

23

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел 2. Универсальные навыки (14 ч)** | | |
| Коммуникация (1,5 ч) | Вербальная и невербальная ком- муникация и их роль в профес- сиональной жизни человека Уст- ная и письменная речь Нужно ли профессионалу быть грамот- ным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие Невербаль- ные средства общения Жесты, мимика, телодвижения как ис- точник информации о человеке (например, для потенциального работодателя) Влияние интона- ции на слушателя Эффективная коммуникация Что значит быть  «активным слушателем»? Основ- ные правила делового этикета Составление перечня профессий, для представителей которых на- вык коммуникации является приоритетным | Знакомство участников программы с понятием  «вербальная коммуникация» Участие в дискус- сии «Нужно ли современному человеку быть гра- мотным?», в ходе которой школьники вместе с педагогом ищут ответы на вопросы: означает ли грамотность только знание орфографии; чем уст- ная речь отличается от письменной; связаны ли устная и письменная речь с чтением Знакомство школьников с характеристиками не- вербальной коммуникации Участие в беседе о внешнем виде как источнике информации о чело- веке, о причинах использования смайликов вместо слов, о значении интонации в общении Участие в играх «Интонация» и «Разговор через стекло»5 Работа в парах по составлению списка барьеров, которые мешают общению быть плодотворным Об- суждение общего списка барьеров в общении и способов нивелирования этих барьеров Работа в группах по определению навыков, которые помо- гают сделать общение между людьми эффектив- ным Обобщение результатов работы и формулиро- вание перечня навыков, важных для эффективного профессионального общения в будущем Мозговой штурм — обсуждение правил делового этикета Участие в игре «Назови свою профессию», в ходе которой школьники называют по одной-две про- фессии, для представителей которых навык эффек- тивной коммуникации является определяющим |

24

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
| Я тебя понимаю | Понимание как основа взаимоот- | Дискуссия о том, почему люди, которые пытают- |
| (1 ч) | ношений между людьми Умение | ся понять других, реже становятся участниками |
|  | поставить себя на место другого | конфликтов Обсуждение того, насколько трудно |
|  | человека Эмпатия как способ- | признаться себе в наличии отрицательных ка- |
|  | ность человека осознанно сопере- | честв Самостоятельная работа: описать свои тре- |
|  | живать эмоциональному состоя- | воги, переживания Обсуждение того, связаны |
|  | нию других людей Перечень | ли они с наличием качеств, которые мешают че- |
|  | профессий, для представителей | ловеку и требуют работы над собой Беседа о том, |
|  | которых важно обладать эмпати- | что умение анализировать свои поступки поро- |
|  | ей О чём говорят поступки чело- | ждает умение понимать поступки других; что |
|  | века Личная страница в соцсе- | умение не торопиться с выводами позволяет уви- |
|  | тях как возможность понять дру- | деть, что у одинаковых поступков могут быть |
|  | гих людей | разные мотивы; об эмпатии, которая помогает в |
|  |  | выстраивании доверительных отношений между |
|  |  | людьми; о наблюдении за поведением людей, ко- |
|  |  | торое помогает в понимании их Игра «Поза»6 |
|  |  | Анализ странички в соцсетях как занятие, кото- |
|  |  | рое может приблизить момент понимания друго- |
|  |  | го человека Практическое задание: анализ чьей- |
|  |  | либо личной страницы (например, блогера, му- |
|  |  | зыканта и т д ) с точки зрения человека, |
|  |  | стремящегося понять автора этой странички |
|  |  | Игра «Назови свою профессию», в ходе которой |
|  |  | школьники называют по одной-две профессии, |
|  |  | для представителей которых способность к эмпа- |
|  |  | тии является определяющей |

25

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Моё личное про- странство (2 ч) | Что такое «личное пространство человека» Значение личного пространства для самочувствия, настроения, работоспособности человека Почему нас раздража- ет переполненный транспорт или давка в очереди Дистанции в об- щении Нарушение личных гра- ниц Способы сохранения лич- ных границ в личной и профес- сиональной сфере | Участие в беседе о том, что личное пространство человека является многосоставным понятием Работа в парах: собственное определение поня- тия «личное пространство человека» Общее об- суждение: что значит это понятие для всей груп- пы Участие в беседе о том, что нарушение лич- ного пространства человека может повлечь за собой тревогу, беспокойство, нервный срыв, агрессию Совместная выработка правил, кото- рые необходимо соблюдать, чтобы не нарушать границы личного пространства другого человека, и правил, соблюдая которые, собственное личное пространство не будет нарушено Участие в игре  «Назови свою профессию», в ходе которой школь- ники называют по одной-две профессии, у пред- ставителей которых часто возникает риск нару- шения их личного пространства |
| Конфликт и нега- тивные эмоции  (3 ч) | Чем опасен конфликт в профес- сиональной жизни человека? Польза конфликта Нужно ли и как избегать конфликтных ситу- аций? Конфликт как стимул к дальнейшему развитию Конструктивный и деструктив- ный путь развития конфликта  «Я-высказывания» против «ты- высказываний» Способы взаи- модействия в конфликте Роле- вые игры, помогающие получить навык разрешения конфликта  «Конфликтоёмкие» профессии | Участие в игре «Ассоциации», в ходе которой школьники называют ассоциации, которые у них возникают при упоминании слова «конфликт» Желающие вспоминают какую-нибудь конфликт- ную ситуацию из их жизни и рассказывают, как она разрешилась Составление общего списка возможных выходов из конфликта Обсуждение в парах: может ли конфликт иметь положитель- ные последствия, и если «да», то какие? Работа в группах: школьники делятся на группы в за- висимости от основных стратегий поведения в конфликте (соперничество, приспособление, из- бегание, сотрудничество и компромисс); обсу- ждают плюсы и минусы выбранной стратегии; |

*Продолжение*

26

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
|  |  | затем разыгрывают предложенный педагогом конфликт в зависимости от стратегии Участие в игре «Паровозик»7 Составление списка «кон- фликтоёмких» профессий |
| Профессиональные риски, или Кто подумает о здоро- вье профессионала (3 ч) | Влияние профессии на здоровье человека Профессиональные риски, возникающие не только в травмоопасном производстве Риск возникновения заболева- ний, связанных с профессией Способы профилактики | Участие в беседе о том, что влияет на здоровье человека Обсуждение причин разной продолжи- тельности жизни человека в разных странах Вы- яснение отличий физического и психического здоровья Игра «Самая опасная для здоровья профессия»8, во время которой школьники учат- ся видеть потенциальные риски разных профес- сий, а также способы их снижения Участие в рефлексии «Я, скорее всего, никогда не стану …, потому что…», во время которой школьники про- должают предложенную выше фразу Обсужде- ние ограничений, которые накладывает здоровье на овладение профессией, и способов преодоле- ния этих ограничений |
| **Раздел 3. Какой я (12 ч)** | | |
| Темперамент Па- мять Внимание Особенности мыш- ления (3 ч) | Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе раз- вития Учёт психологических особенностей человека в процес- се выбора профессии Игры, раз- | Участие в беседе с приглашённым на занятие школьным психологом о психологическом пор- трете человека, о возможностях развития памя- ти, внимания, критического и абстрактного мышления Участие в играх для развития зри- |

27

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | вивающие внимание, память, ло- гику, абстрактное и критическое мышление Правила командных игр Профессии, требующие мак- симальной концентрации внима- ния | тельного, слухового внимания («Перепутанные линии», «Анаграммы», «Таблицы Шульте»,  «Пятнашки» и т п ), памяти («Мемори», «Ма- фия», «Судоку» и т п 9), логики («Данетки», ре- бусы, поиск закономерностей и т п ) Обсужде- ние правил командных игр, допустимого поведе- ния во время игр, проявление взаимного уважения, честности, чувства юмора, ответствен- ности Составление в группах списка профессий, требующих: максимальной концентрации внима- ния; хорошей зрительной памяти; хорошей мо- торной памяти; хорошей слуховой памяти |
| Как узнать, какой я на самом деле  (3 ч) | Способность к самопознанию как особенность человека Возникно- вение лженаук астрологии и ну- мерологии как ответ на запрос человека о познании себя Спосо- бы получения знаний о себе «Я» в зеркале «другого» Понимание себя как одно из условий успеш- ного профессионального само- определения Профессии «психо- лог» и «психотерапевт» Профо- риентационные тесты стандарти- зированной методики оценки О точности их результатов Экс- тремальные ситуации и «экстре- мальные» профессии | Участие в беседе о способности человека к позна- нию себя, о мотивах своих поступков и особенно- стях своего поведения Обсуждение вопроса о том, может ли человек с уверенностью сказать, что знает всё о себе самом Игра «Верю — не верю»10, связанная с историей лженаук — астро- логии и нумерологии  Составление перечня вопросов школьному пси- хологу на тему «Как узнать себя и что потом с этим делать?» Участие в блиц-интервью со школьным психологом Обсуждение связи пси- хологических особенностей личности и будущей профессии Прохождение онлайн-тестов стан- дартизированной методики оценки, направлен- ной на измерение индивидуальных свойств и качеств подростка, прямо или косвенно связан- |

*Продолжение*

28

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
|  |  | ных с выбором профессиональных и образова- тельных траекторий, например диагностики проекта «Билет в Будущее» или «Профилум» (При разработке и использовании профориента- ционной диагностики целесообразно опираться на Российский стандарт тестирования персона- ла ) Обсуждение с психологом, педагогом вопро- са о степени точности таких тестов  Участие в беседе об экстремальных ситуациях и  «экстремальных» профессиях: обсуждение ситу- аций, которые могут стать экстремальными для разных людей (например, поход в горы; оказа- ние первой помощи; беседа с незнакомым чело- веком и т д ) Участие в рефлексии: закончить предложение «Экстремальной для себя я считаю ситуацию, когда …» Составление собственного списка «экстремальных» профессий |
| Секреты восприя- тия (3 ч) | Какое впечатление мы произво- дим на людей и какое впечатле- ние люди производят на нас Внешняя красота и внутренняя Проблема неравенства при приёме на работу | Обсуждение вопроса о том, как мы воспринимаем человека, с которым встречаемся впервые Участие в игре «Кто это?»: школьники наедине записывают на листке свои самые сильные стороны; после это- го листки перемешиваются и в произвольном по- рядке педагог зачитывает вслух текст из взятого наугад листочка Остальные пытаются отгадать, чьи качества перечисляет педагог Обсуждение проблемы совпадения и несовпадения собственного мнения о себе с мнением окружающих  Игра «Достоинства и недостатки», игра «Ком- плимент»11 |

29

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Работа в мини-группах, во время которой школь- ники каждой группы представляют себя руково- дителем предприятия (например, торговли, транспорта, сферы обслуживания и т п ), кото- рый набирает персонал: каждая группа формули- рует вопросы анкеты, которую они хотели бы предложить потенциальным работникам своей организации, и по возможности ранжируют во- просы по степени важности для представителя профессии этой сферы деятельности Обсужде- ние проблемы неравенства (гендерного, воз- растного, расового) между людьми, претендую- щими на одну и ту же должность |
| Первый опыт самопрезентации (3 ч) | Кому и когда важно презентовать себя На что обращают внимание при первом знакомстве во время приёма на работу Язык тела Грамотная речь как ресурс чело- века Создание собственного сти- ля и уместность его демонстра- ции при приёме на работу Резю- ме — что это такое и как его составить | Участие в беседе о том, в каких ситуациях важно презентовать себя (при устройстве на работу, при публичном выступлении, при знакомстве со взрослым или сверстником, при совершении по- купок и т п ) Ролевая игра «Первое знаком- ство»12, подводя итоги которой школьники вме- сте с педагогом формулируют перечень некото- рых правил самопрезентации Индивидуальная работа, во время которой участники в течение минуты придумывают своё продолжение посло- вицы «По одёжке встречают, а по … провожают», записывают его на стикере и прикрепляют ли- сток со своей пословицей к школьной доске или стене  Обсуждение вопроса о том, можно ли понять на- строение, помыслы человека, анализируя его |

*Продолжение*

30

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
|  |  | позу, движения, выражение лица; что значат позы человека Обсуждение поз, которые распо- лагают одного человека к другому; поз, которые вызывают желание побыстрее закончить обще- ние; поз и жестов, которые ставят собеседника в неловкое положение Игра «Разгадай меня», во время которой учащиеся в парах пытаются узнать настроение, мысли друг друга по выраже- нию лица, изгибу спины, жестам Прослушивание текста, который читает или пересказывает педагог, намеренно использую- щий слова-паразиты («так сказать», «как будто»,  «как бы», «понимаешь», «типа», «в принципе» и т п ), поиск слов-паразитов и обсуждение их влияния на восприятие говорящего; анализ детьми собственной речи и выявление в ней  «слов-паразитов»; обсуждение причин их появ- ления и способов избавления от них  Участие в беседе о стилях в одежде Определение  «писаных» и «неписаных» правил создания соб- ственного визуального образа (чистота одежды, соотнесение со стилем поведения, «уличная»,  «школьная», «спортивная» и «рабочая» одежда) Просмотр и обсуждение слайд-шоу «Признаки стиля», которое педагог и/или группа детей под- готовили к занятию  Участие в мастер-классе по написанию резюме, проводимом приглашённым на занятие психоло- гом или руководителем кадровой службы школы |

31

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел 4. Образовательная траектория (6 ч)** | | |
| Ошибки, которые мы совершаем (2 ч) | Ошибки, которые мы совершаем в жизни Причины ошибок Ошибка в выборе профессии и её последствия Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профес- сии Пути исправления ошибок | Участие в беседе об ошибках в нашей жизни и их роли  Работа в парах: составление участниками списков ошибок, которые могут совершить и совершают выпускники в выборе профессии; соотнесение своих списков со списком, предложенным педаго- гом (выбор экзаменов, не соответствующих той деятельности, которой хочется заниматься в бу- дущем; учёт только материальной составляющей профессии; выбор по аналогии с выбором близ- ких друзей; выбор престижной специальности, не имея к ней склонностей и т п ); обсуждение списков педагога и школьников  Дискуссия «Надо ли исправлять ошибки» |
| Я через 5, 10, 20,  50 лет (2 ч) | Ориентация на собственное буду- щее как залог сегодняшних успе- хов Построение траектории соб- ственной жизни Сегодняшние успехи и достижения Факторы, влияющие на успех в карьере Примеры траекторий становле- ния известных людей мира, стра- ны, города | Участие в беседе о важности наличия мечты, о возможностях и преградах по пути следования за мечтой, о потенциале образа будущего для совер- шения действий в настоящем  Самостоятельная работа, в ходе которой школь- ники схематично изображают или записывают, какими они видят себя через 5, 10, 20 лет; затем записывают, какие основные события (успехи, неудачи) случились с ними до сегодняшнего дня: 2 года назад, 4 года назад, 8 лет назад Обсужде- ние того, повлияли ли эти события на то, что происходит с ними сегодня  Обсуждение вопроса о том, можно ли превратить собственный желаемый образ в реальный, и ка- |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Темы** | **Основное содержание** | **Деятельность школьников** |
|  |  | кие шаги для этого нужно предпринять Участие школьников в блиц-опросе о самых известных (знаменитых, успешных) людях разных профес- сий, о которых школьники знают (от известных физиков, изобретателей до лучшего кондитера или парикмахера города или посёлка) |
| Большая профори- ентационная игра (2 ч) | Большая профориентационная игра как способ конструирова- ния школьником собственного образовательного и профессио- нального маршрута Этапы про- ведения игры Цели и задачи игры | Участие школьников в беседе о предстоящей большой профориентационной игре, в ходе кото- рой школьникам предстоит сделать 7 шагов (от ранжирования на первом шаге группы карточек  «Кто», «Что», «Где», до взвешивания на седьмом шаге сформулированных вариантов выбора направленности будущей профессиональной дея- тельности)  Обсуждение целей игры  Участие в большой профориентационной игре Рефлексия хода и результатов игры13 |