

МОУ «Ульканская средняя общеобразовательная школа №2»

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель МС  
\_\_\_\_\_/И. А. Тримасова/  
Протокол № 7 от  
«31» «августа» 2023г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МОУ "Ульканская  
средняя общеобразовательная  
школа № 2"  
\_\_\_\_\_/Е.П.Русанова/  
Приказ № 250 от  
«01» сентября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«ПЕРЕКРЕСТОК»**

*(Социально-гуманитарная направленность)*

Возраст обучающихся 13-17 лет

Срок реализации - 2 года

Автор-составитель:  
Кошкина Анастасия Николаевна,  
психолог-профориентолог

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основная задача старшей ступени обучения состоит в том, чтобы обеспечить завершение школьниками общего полного среднего образования, подготовить их к жизни и труду в современном обществе, способствовать их социализации и социальной адаптации в условиях постоянно меняющегося мира, помочь старшеклассникам в самоопределении, выборе дальнейшего жизненного пути в соответствии с их склонностями, возможностями и способностями, стимулировать выпускников к продолжению образования.

*Программа кружка «Перекресток» относится к социально-педагогической направленности.* У многих школьников выбор является случайным, носит романтический характер, не вполне соотносится с реальными способностями и возможностями. Школьная программа не дает детям полноты знаний о человеке, его способностях, и, следовательно, не учит выбору профессии и соответствующего образования. Недостаточны знания выпускников о рынке труда и востребованных профессиях, о тех способах образования, которыми их можно получить. Школьники не владеют знаниями, необходимыми для выстраивания реалистичных жизненных планов. У них нет целостной научной картины окружающего социального мира, знания о нем недостаточны и примитивны. У многих обучающихся не сформирована потребность в своем дальнейшем саморазвитии, нет устойчивой мотивации на приложение усилий для получения качественного профессионального образования. Все это определяет необходимость определять особое внимание ситуации выбора школьниками профессионального и жизненного пути. В связи с этим профориентационный курс «Перекресток» является сегодня актуальным и востребованным, поскольку направлен на решение большинства перечисленных проблем.

Данная программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Законом РФ от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в новой редакции);
- Приказом Минпросвещения от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (СанПиН 1.2.3685- 21);
- Уставом МОУ «Ульканская СОШ №2»;
- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в МОУ «Ульканская СОШ №2».

В основе программы по профориентации «Перекресток» лежит программа Л.П.Сверч «Как стать успешным», программа А.П. Чернявской «Психологическое консультирование по профессиональной ориентации». Кроме этого при разработке курса использованы программа Г.В. Резапкиной «Секреты выбора профессии» и учебное пособие М.С. Гуткина, П.С. Лернера, Г.Ф. Михальченко и др. «Твоя профессиональная карьера».

Профориентационный курс направлен на формирование у обучающихся следующих знаний, умений и навыков:

1. Дать обучающимся максимум информации.
2. Научить обучающихся использовать полученную информацию при построении своей личностной и профессиональной траектории.

Осуществление контроля в рамках реализации профориентационного курса ожидается через ряд мероприятий:

1. Самостоятельные работы.
2. Зачеты по пройденным темам в различных формах (рефераты, презентации, творческие проекты и т.д.)

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

**Цель курса** – повышение у обучающихся 7–11-ых классов уровня профессиональной зрелости, то есть способности сделать профессиональный выбор, используя при этом собственные ресурсы и имеющуюся информацию.

### **Задачи:**

1. Повышение информационной готовности к зрелому выбору, что включает в себя информированность:
  - о возможных способах получения желаемого образования после школы;
  - об усилиях, которые потребуется приложить для его получения;
  - о наличии собственной практической готовности и способностей для получения избранного образования;
  - о профессиях, которыми можно овладеть благодаря получаемому образованию;
  - о возможности реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и последующую профессиональную деятельность.
2. Повышение мотивационно-ценностной готовности к зрелому выбору, что включает:
  - сформированность у обучающихся самооценки, адекватной личным способностям и возможностям получить желаемое образование;
  - наличие ценностных ориентаций и индивидуально выраженных целей, связанных с дальнейшим способом получения образования и будущей профессией.
3. Повышение практической готовности, предполагающей:
  - умение учитывать свои возможности при выборе профессии;
  - умение делать осознанный выбор и нести за него ответственность.

## 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения курса должны быть достигнуты определенные результаты.

### **Личностные результаты:**

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

### **Метапредметные результаты:**

- развить самостоятельность;
- систематизировать, анализировать полученные данные.

### **Предметные результаты:**

- рациональное использование учебной и дополнительной информации для выбора профессии;
- планирование образовательной и профессиональной карьеры;
- знание классификации видов профессий;
- планирование деятельности по выбору профессии;
- адекватное оценивание своих способностей и готовности к выбранной профессии;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

### **На основе полученных знаний учащиеся должны уметь:**

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- проектировать свою профессиональную карьеру;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;

- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

**Учащиеся должны иметь представления:**

- 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 предпринимательстве;
- о рынке труда.

*Критериями выявления результативности работы в кружке служат: семинары, тренинги, тесты.*

#### 4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

##### 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

| №п.п | Тема                                                                          | Количество часов |        |          |
|------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|
|      |                                                                               | Всего            | Теория | Практика |
|      | <b>Информационный блок</b>                                                    | <b>10</b>        |        |          |
| 1.   | Профессиональная и личностная успешность                                      | 4                | 4      |          |
| 2.   | Профессиональный выбор: секреты выбора профессии                              | 4                | 4      |          |
| 3.   | Личностный выбор: мой жизненный путь                                          | 2                | 2      |          |
|      | <b>Диагностический блок</b>                                                   | <b>10</b>        |        |          |
| 1.   | Эмоционально-личностная сфера                                                 | 4                |        | 4        |
| 2.   | Способности                                                                   | 2                |        | 2        |
| 3.   | Профессиональные интересы и склонности                                        | 4                |        | 4        |
|      | <b>Практический блок</b>                                                      | <b>40</b>        |        |          |
| 1.   | Умение учитывать сильные и слабые стороны при выборе профессии                | 6                |        | 6        |
| 2.   | Развитие умения делать выбор и принимать решения                              | 6                |        | 6        |
| 3.   | Развитие навыков эффективного общения                                         | 6                |        | 6        |
| 4.   | Десять шагов уверенности в себе                                               | 4                |        | 4        |
| 5.   | Умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности при выборе профессии | 4                |        | 4        |
| 6.   | Роль жизненных ценностей при выборе профессии                                 | 4                |        | 4        |
| 7.   | Эмоциональное отношение к выбору профессии                                    | 4                |        | 4        |
| 8.   | Межличностное взаимодействие                                                  | 4                |        | 4        |
| 9.   | Тренинг по правовому воспитанию "Наше право людьми зваться"                   | 2                |        | 2        |
|      | <b>Экскурсии</b>                                                              | <b>8</b>         |        |          |
| 1.   | Завод по розливу талой воды                                                   | 2                |        | 2        |
| 2.   | Поселковая библиотека                                                         | 2                |        | 2        |
| 3.   | Отделение связи                                                               | 2                |        | 2        |
| 4.   | Очистные                                                                      | 2                |        | 2        |
|      |                                                                               | <b>68 часов</b>  |        |          |

##### 2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

|  | Количество часов |
|--|------------------|
|--|------------------|

| №п.п | Тема                                                                | Всего           | Теория | Практика |
|------|---------------------------------------------------------------------|-----------------|--------|----------|
|      | <b>Информационный блок</b>                                          | <b>12</b>       |        |          |
| 1.   | Роль мотивов жизненных ценностей в профессиональном выборе          | 4               | 4      |          |
| 2.   | Человек на рынке труда                                              | 4               | 4      |          |
| 3.   | Среди людей                                                         | 4               | 4      |          |
|      | <b>Диагностический блок</b>                                         | <b>6</b>        |        |          |
| 1.   | Эмоционально-личностная сфера                                       | 2               |        | 2        |
| 2.   | Способности                                                         | 2               |        | 2        |
| 3.   | Профессиональные интересы и склонности                              | 2               |        | 2        |
|      | <b>Практический блок</b>                                            | <b>44</b>       |        |          |
| 1.   | Десять шагов уверенности в себе                                     | 6               |        | 6        |
| 2.   | Планирование профессионального пути                                 | 6               |        | 6        |
| 3.   | На пороге новой жизни                                               | 4               |        | 4        |
| 4.   | Профессиональная зрелость                                           | 6               |        | 6        |
| 5.   | Применение полученных знаний в решении ситуации выбора профессии    | 6               |        | 6        |
| 6.   | Планирование профессионального пути                                 | 6               |        | 6        |
| 7.   | Развитие умений по принятию решения                                 | 4               |        | 4        |
| 8.   | Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения | 4               |        | 4        |
| 9.   | Тренинг "Время выбирает нас"                                        | 2               |        | 2        |
|      | <b>Экскурсии</b>                                                    | <b>6</b>        |        |          |
| 1.   | МЧС-России                                                          | 2               |        | 2        |
| 2.   | ЦРБ                                                                 | 2               |        | 2        |
| 3.   | Полиция                                                             | 2               |        | 2        |
|      |                                                                     | <b>68 часов</b> |        |          |

## 5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

| наименование программы | уровень сложности | срок реализации программы / кол-во учебных недель в год | всего часов в год | кол-во часов в неделю | кол-во занятий в неделю / продолжит. 1 занятия (мин) |
|------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------|------------------------------------------------------|
| <b>Перекресток</b>     | базовый           | 2 года / 34 недели                                      | 68                | 2                     | 2 / 60 минут                                         |

Срок учебного года – с 1 сентября по 31 мая

| учебная четверть/каникулы  | количество рабочих недель | месяц    | часы | аттестация |
|----------------------------|---------------------------|----------|------|------------|
| I четверть                 | 9 недель                  | Сентябрь | 8    | С          |
|                            |                           | Октябрь  | 10   |            |
| <b>Каникулы 7-8 дней</b>   |                           |          |      |            |
| II четверть                | 7 недель                  | Ноябрь   | 6    |            |
|                            |                           | Декабрь  | 8    |            |
| <b>Каникулы 12-15 дней</b> |                           |          |      |            |

|                          |                  |         |           |          |
|--------------------------|------------------|---------|-----------|----------|
| III четверть             | 10 недель        | Январь  | 6         |          |
|                          |                  | Февраль | 8         |          |
|                          |                  | Март    | 6         |          |
| <b>Каникулы 7-8 дней</b> |                  |         |           |          |
| IV четверть              | 8 недель         | Апрель  | 8         | <b>И</b> |
|                          |                  | Май     | 8         |          |
| <b>Год</b>               | <b>34 недели</b> |         | <b>68</b> |          |

**С** – стартовая (входная диагностика)

**П** – промежуточная аттестация

**И** – итоговая аттестация

## 6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ

*Программа кружка является адаптированной, разработана на основе профориентационной программы «Как стать успешным».*

Программа рассчитана на 2 года обучения:

1 год на 68 часов

2 год на 68 часов.

Состав группы постоянный – 15-18 человек.

Объединение посещают ребята в возрасте от 13 до 17 лет.

Режим занятий группы – 2 часа в неделю.

Место занятий: кабинет 3-04.

Курс состоит из трех блоков:

1. Информационный блок.

2. Диагностический блок.

3. Практический блок.

Методы, формы работы и виды деятельности учащихся:

- лекционные занятия;
- практические работы;
- тренировочные упражнения;
- семинарские занятия;
- творческие работы;
- индивидуальное и групповое общение;
- экскурсии.

Методическое обеспечение программы:

*Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)*

- учебники;
- пособие для учащихся;
- методическая литература для учителя;
- справочники.

*Печатные пособия*

- профессиограммы;
- информация о СУЗах, ВУЗах;
- сценарии, классные часы, внеклассные мероприятия;
- диагностический материал.

*Электронные носители*

- банк интерактивных профессиограмм;
- мультимедийные программы для организации профориентационной работы. Классный выбор;
- сборник видеофильмов о профессиях на 8 дисках;
- «Самопознание» система компьютерного тестирования;
- электронное сопровождение элективного курса «Человек и профессия».

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В результате освоения учащимися программы формируется творческая личность ребенка, профессиональные навыки и умения применять полученные знания на практике. Программу следует понимать, как модель совместной деятельности педагога и обучающегося, отражающую процесс обучения, воспитания и творческого развития.

В течение прохождения программы проводится проверка знаний и умений обучающихся в виде творческих заданий и практической работы

Критериями выявления результативности работы в кружке служат: семинары, тренинги, тесты.

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### **Информационный блок**

**Цель:** расширить представление обучающихся о современном мире профессий, о возможностях реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и возможную сферу профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

1. Познакомить обучающихся с понятием «успешность», «профессиональный выбор», «личностный выбор», «ценностные установки», «зрелый выбор».
2. Дать старшеклассникам информацию о секретах и правилах выбора профессии, выборе жизненного пути, об ошибках, возникающих при выборе.
3. Познакомить обучающихся со схемой осуществления коммуникации, с понятиями «деловое общение», «коммуникативный барьер».
4. Показать выпускникам наиболее эффективные способы предъявления себя на рынке труда.

### **Профессиональная и личностная успешность.**

Профориентационная программа «Как стать успешным в профессии». Цели и задачи курса.

Формула успеха.

Успешность с точки зрения Р.Бендлера (НЛП: «принцы» и «лягушки»), Э.Берна (Трансактный анализ: «Я – ОК»).

Успешный человек в современном обществе.

Формула успеха.

Кластер на тему «Современный человек».

### **Профессиональный выбор: секреты выбора профессии.**

Составляющие зрелого выбора.

Профессиональный план – программа профессионального самовоспитания.

Ошибки при выборе профессии: незнание мира профессий, незнание себя, незнание правил выбора профессии.

Пути получения профессии.

### **Личностный выбор: мой жизненный путь.**

Понятие личности.

Структура личности, ее содержание.

Направленность личности.

Факторы, влияющие на формирование личности и выбор жизненного пути.

### **Роль мотивов жизненных ценностей в профессиональном выборе.**

Мотивационная сфера человека.

Классификация мотивов выбора профессии.

Две поведенческие стратегии – мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи.

Жизненные ценности, реализуемые в профессии.

Классификация ценностей по Спрангеру.

Групповая дискуссия: Возможен ли компромисс между своими ценностями и требованиями социальной среды (или материальными требованиями) при выборе профессии.

Групповая дискуссия: Каковы приоритеты одних ценностей над другими или своих ценностей над ценностями других.

Групповая дискуссия: Способы определения своих ценностей и выбор жизненной дороги в соответствии с ними.

Групповая дискуссия: Стабильность и изменчивость структуры ценностей.

### **Человек на рынке труда.**

Групповая дискуссия: За что люди получают зарплату».

Основные принципы формирования регионального рынка труда.

Как получить информацию о вакансиях.

Как составить резюме.

Собеседование работодателем: подводные камни.

### **Среди людей.**

Общение и его роль в жизни человека.

Схема осуществления коммуникации.

Деловое общение.

Барьеры на пути коммуникации.

Методы и средства эффективного общения.

Умение слушать – один из методов эффективного общения.

## **Диагностический блок**

**Цель:** оказание помощи обучающимся в профессиональном и личностном самоопределении через диагностику и самодиагностику.

### **Задачи:**

1. изучение эмоционально-личностной сферы обучающихся;
2. изучение способностей обучающихся;
3. изучение профессиональных предпочтений и склонностей обучающихся;
4. научение обучающихся навыкам самодиагностики и умению анализировать полученные данные.

### **Эмоционально-личностная сфера**

Методика «Психометрический тест».

Методика «Тест на самоопределение».

Методика «Ваша мотивация к успеху».

Методика «Шесть рек» Леонгард.

Методика «Отношение к себе».

Методика «Знаешь ли ты свой темперамент».

### **Способности**

Методика «Диагностика структуры способностей».

Методика на изучение познавательных способностей («Как вы запоминаете?», «Память на числа», «Избирательность внимания», «Оценка логического мышления»).

Методика «Каков ваш творческий потенциал».

### **Профессиональные интересы и склонности**

Методика «Профориентационная анкета»

Методика «Матрица выбора профессии»

Методика «Склонность к исполнительскому или творческому труду»

### **Работа с результатами диагностики**

Консультации

## **Практический блок**

**Цель:** научить обучающихся применять результаты самопознания при прогнозировании своего профессионального и личностного будущего.

### **Задачи:**

1. Научить обучающихся составлять алгоритмы по:
  - анализу своих сильных и слабых сторон;
  - принятию решений;
  - самоанализу и способу определения целей.
2. Научить обучающихся навыкам планирования своего жизненного и профессионального пути.
3. Стимулировать у старшеклассников личную ответственность за использование результатов самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

## **Умение учитывать сильные и слабые стороны при выборе профессии**

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Упражнение «Венские диаграммы»
- Упражнение «Мои сильные и слабые стороны»
- Деловая игра «Торг»
- Упражнение «Совместное рисование»
- Упражнение «Окно Иогари»
- Упражнение «Вакансия»
- Упражнение «Мне кажется, нас с тобой объединяет»
- Упражнение «Хочу-Могу-Умею»
- Упражнение «Объявление в газету»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

## **Развитие умения делать выбор и принимать решения**

- Упражнение «Я чувствую сейчас»
- Упражнение «Башни»
- Деловая игра «Моя карьера»
- Упражнение «Рисунок настроения»
- Упражнение «Совместная выработка алгоритма принятия решения»
- Упражнение «Строительство своей жизни»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»
- Упражнение «Дорога в горы»
- Упражнение «Плюс, минус, интересно»
- Упражнение «Мое настроение».

## **Развитие навыков эффективного общения**

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Упражнение «Передай апельсин»
- Упражнение «Общение –это...»
- Упражнение «Очередь»
- Упражнение «За стеклом»
- Упражнение «Невербальный подарок»
- Упражнение «Интонация»
- Упражнение «Интервью»
- Упражнение «Карусель»
- Упражнение «Я тебя понимаю»
- Упражнение «Найди свою пару»
- Упражнение «Свободный микрофон»
- Упражнение «Вдвоем»
- Упражнение «Какой я в общении»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

## **Десять шагов уверенности в себе**

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Упражнение «Как выпустить «лишний пар»
- Упражнение «Как сдавать экзамены»
- Упражнение «Круг уверенности»
- Упражнение «Свеча»
- Упражнение «Никто не знает, что я...»
- Упражнение «Рекламный ролик»
- Упражнение «Горячий стул»
- Упражнение «Десять шагов уверенности в себе»
- Упражнение «Растопи узоры на стекле»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

## **Планирование профессионального пути**

- Упражнение «Я чувствую сейчас»
- Упражнение «Мне кажется, нас с тобой объединяет...»
- Упражнение «Мои цели»

Упражнение «Лестница»  
Проективный рисунок «Я через 10 лет»  
Упражнение «Умение планировать свою профессиональную жизнь»  
Упражнение «Спящий город»  
Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»  
Упражнение «5 шагов»  
Упражнение «Эмоциональное отношение к выбору профессии»

### **На пороге новой жизни**

Упражнение «Я чувствую сейчас»  
Упражнение «Без маски»  
Упражнение «Строительство своей жизни»  
Упражнение «Рисунок «Дорога в жизнь»

### **Тренинги**

Профессиональная зрелость.  
Применение полученных знаний в решении ситуации выбора профессии.  
Планирование профессионального пути.  
Умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности при выборе профессии.  
Роль жизненных ценностей при выборе профессии.  
Эмоциональное отношение к выбору профессии.  
Развитие умений по принятию решения.  
Межличностное взаимодействие.  
Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения.  
Тренинг по правовому воспитанию "Наше право людьми зваться"  
Тренинг "Время выбирает нас".

### **Экскурсии**

Завод по розливу талой воды  
МЧС-России  
Отделение связи  
Очистные.

## **9. ЛИТЕРАТУРА**

### *Учебники*

1. Основы производства. Выбор профессии./ Климов Е.А., Чистякова С.Н., - М.: Просвещение, 1988г.
2. Твоя профессиональная карьера: учебн. для 8-9 кл. /Гуткина М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф., - М.: Просвещение, 2005г.

### *Пособие для учащихся*

1. Выбирайте профессию: Учебное пособие для старшеклассников. Прощицкая Е.Н., - М.: Просвещение, 1991г.
2. Выбирая профессию, выбираем образ жизни. Учебно – методическое пособие. Фадеева Е.И., Ясюкевич М.В., М.: ЦГЛ, 2004г.
3. Дневник профессионального самоопределения, пособие для учащихся. Кондратьева О.Г., Латышенко О.Н., Иркутск, 2004г.
4. Куда пойти учиться? Иркутск, 1999г.
5. Методическое пособие к программе элективного курса «Профессиональный выбор: секреты выбора профессии» (для учащихся 9-х классов)/ под ред. Л.П.Сверч, С.В. Дробот – Иркутск, 2007г.
6. Методическое пособие к адаптационной программе «Как стать успешным» (для учащихся 10-11 классов). Сверч Л.П. - Иркутск, 2011г.
7. Мой выбор. Профессиональное самоопределение личности: Методическое пособие. Кондратьева О.Г., - Иркутск: Изд-во Иркут. гос. пед. ун-та, 2005г.
8. Методическое пособие к программе элективного курса «Как предъявить себя на рынке труда» (для учащихся 10-11-х классов)/ под ред. Л.П.Сверч, С.В. Дробот – Иркутск, 2008г.

9. На пороге новой жизни (адаптация студентов первокурсников): научно-методическое пособие. Распопина Т.Г., Л.П.Сверч, С.В. Дробот – Иркутск: БГИ, БКПП, 2008г.
10. Нужная книга для первокурсника: научно-методическое пособие. Распопина Т.Г., Л.П.Сверч, С.В. Дробот – Иркутск: БГИ, БКПП, 2008г.
11. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников: методическое пособие для профильной и профессиональной ориентации и профильного обучения школьников. С.Н.Чистякова, издательский центр «Академия», 2005г.
12. Рабочая тетрадь к программе тренинга «Моя профессиональная карьера» (для учащихся 9-11 классов). Паскевич С.Я., Л.П.Сверч, С.В. Дробот – Иркутск, 2008г.
13. Становление в труде: Кн. для учащихся. Плаксий С.И., - М.: Просвещение, 1987г.
14. 100 популярных профессий. Психология успешной карьеры для старшеклассников и студентов. Грецов А., Бондарева Т. – СПб.: Питер, 2009г.

### *Методическая литература для учителя*

1. Банкир, фермер или портной... Кто же я буду такой???: Книга для учителя. Игумнова Е.Л. – Новосибирск: Призвание, 1994г.
2. Дидактический материал по курсу «Твоя профессиональная карьера»: Кн. для учителя/Арефьева И.П., Васильева Т.В., Журкина А.Я., - М.: Просвещение, 1998г.
3. Заводская модель профессиональной ориентации. Плакидин А.Д. Нижний Новгород, 2012г.
4. Методическое пособие «Профориентация в школе» (для руководителей кабинетов профориентации Иркутской области)/ Невидимова О.В., Пьянкова В.А., Сайфутдинова О.Б., - Иркутск, 2010г.
5. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»/ Чистякова С.Н., Умовская И.А., Шалавина Т.И., Цуканов А.И., - М.: Просвещение, 1999г.
6. Методика курса «Основы производства. Выбор профессии»: Пособие для учителя/ Калюга С.У., Кондюрина М.Л., Сасова И.А., - М.: Просвещение, 1987г.
7. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или Учимся жить в современном мире. /Дереклеева Н.И., - М.: ВАКО, 2004г.
8. Мир профессий./ Левиева С.Н., - Издательство «Молодая гвардия», 1985г.
9. Межрегиональная конференция «Профориентационная работа с молодежью. Настоящее и будущее». Курмаева А.А., 2012г.
10. На пути к выбору профессии. Смирнова Е.Е., СПб.: КАРО, 2003.
11. Профориентация старшеклассников: Диагностика и развитие профессиональной зрелости. Павлова Т.Л., -М.: ТЦ Сфера, 2006г.
12. Проведение занятий по теме «Введение в рабочую профессию»: Программа и методические рекомендации. Адашкин Б.И., - М.: Изд. ВНИМЦентра, 1986г.
13. Первые шаги к рынку: (методическое пособие для учителей начальных классов и воспитателей групп продленного дня). Смирнова Е.В., - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1996г.
14. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов. Савченко М.Ю., - М.: Вако, 2005г.
15. Психология профессионального развития учителя. Митина Л.М., - М.: Флинта, 1998г.
16. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). Пряжников Н.С., - М.: ВАКО, 2005г.
17. Совместная работа школ и промышленных предприятий по профессиональной ориентации учащихся: Пособие для учителя/ Голомштока А.Е., - М.: Просвещение, 1984г.
18. Служба занятости в реализации права на труд. Макаров. В., Иркутск, 2004г.
19. Технология. Профориентация: Экономика России в опорных схемах и таблицах. Арефьев И.П. – М.: издательство НЦ ЭНАС, 2005г.
20. Трудовое воспитание и профориентация школьников. Скаткин Н.М., Костяшин Э.Г., издаельство Просвещение, 1984 г.

### Календарно – тематическое планирование на 1 год обучения

|     |                                                                                                                              |  |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 1.  | Профориентационная программа «Как стать успешным в профессии». Цели и задачи курса.                                          |  |
| 2.  | Профессиональная деятельность человека.                                                                                      |  |
| 3.  | Профессиональная и личностная успешность.                                                                                    |  |
| 4.  | Разделение труда.                                                                                                            |  |
| 5.  | Классификация профессий.                                                                                                     |  |
| 6.  | Формула успеха.                                                                                                              |  |
| 7.  | Успешный человек в современном обществе.                                                                                     |  |
| 8.  | Успешность с точки зрения Р.Бендлера (НЛП: «принцы» и «лягушки»), Э.Берна (Трансактный анализ: «Я – ОК»).                    |  |
| 9.  | Кластер на тему «Успешный человек»                                                                                           |  |
| 10. | Тренинг. Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения.                                                |  |
| 11. | Экскурсия на завод по розливу талой воды.                                                                                    |  |
| 12. | Групповая дискуссия: «За что люди получают зарплату».                                                                        |  |
| 13. | Дифференциально –диагностический опросник (ДДО) (Е.Л. Климов).                                                               |  |
| 14. | Готовность к выбору профессионально-образовательного маршрута.                                                               |  |
| 15. | Профессиональный выбор: секреты выбора профессии.                                                                            |  |
| 16. | Пути получения профессии.                                                                                                    |  |
| 17. | Личностный выбор: мой жизненный путь.                                                                                        |  |
| 18. | Секреты и правила выбора жизненного пути.                                                                                    |  |
| 19. | Почему профессию надо тщательно выбирать и как это сделать?                                                                  |  |
| 20. | Мир профессий.                                                                                                               |  |
| 21. | Составляющие зрелого выбора.                                                                                                 |  |
| 22. | Профессиональный план – программа профессионального самовоспитания.                                                          |  |
| 23. | Групповая дискуссия: Способы определения своих ценностей и выбор жизненной дороги в соответствии с ними.                     |  |
| 24. | Эмоционально-личностная сфера. Методика «Тест на самоопределение».                                                           |  |
| 25. | Профессиограмма и анализ профессий.                                                                                          |  |
| 26. | Твои требования к профессии.                                                                                                 |  |
| 27. | Основные виды профессиональной деятельности.                                                                                 |  |
| 28. | Развитие навыков эффективного общения: упражнения «Я чувствую сейчас...», «Передай апельсин», «Общение – это...», «Очередь». |  |
| 29. | МЧС-России - экскурсия                                                                                                       |  |
| 30. | Эмоционально-личностная сфера. Методика «Ваша мотивация к успеху».                                                           |  |
| 31. | Эмоциональное отношение к выбору профессии                                                                                   |  |
| 32. | Темперамент и выбор профессии                                                                                                |  |
| 33. | Десять шагов уверенности в себе: «Я чувствую сейчас...», «Как выпустить «лишний пар», «Круг уверенности», «Свеча».           |  |

|     |                                                                                                                                                                   |  |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 34. | Умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей при выборе профессии                                                                                 |  |
| 35. | Склонность и профессиональная направленность                                                                                                                      |  |
| 36. | Профессиональный тип личности                                                                                                                                     |  |
| 37. | Деловая игра «Кадровый вопрос»                                                                                                                                    |  |
| 38. | Как достичь успеха в профессии                                                                                                                                    |  |
| 39. | Поддержка друзей                                                                                                                                                  |  |
| 40. | Профессии моей семьи                                                                                                                                              |  |
| 41. | Что я знаю о себе?                                                                                                                                                |  |
| 42. | Эмоционально-личностная сфера. Методика «Шесть рек» Леонгард.                                                                                                     |  |
| 43. | Умение учитывать сильные и слабые стороны при выборе профессии: «Я чувствую сейчас...», «Венские диаграммы», «Мои сильные и слабые стороны», деловая игра «Торг». |  |
| 44. | Две поведенческие стратегии – мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи.                                                                                  |  |
| 45. | Жизненные ценности, реализуемые в профессии.                                                                                                                      |  |
| 46. | Тренинг. Планирование профессионального пути.                                                                                                                     |  |
| 47. | Что я знаю о себе. Темперамент. Свойства нервной системы.                                                                                                         |  |
| 48. | Личностный выбор: мой жизненный путь.                                                                                                                             |  |
| 49. | Развитие умения делать выбор и принимать решения: «Я чувствую сейчас», «Башни», Деловая игра «Моя карьера», «Рисунок настроения».                                 |  |
| 50. | Понятие личности.                                                                                                                                                 |  |
| 51. | Структура личности, ее содержание.                                                                                                                                |  |
| 52. | Направленность личности.                                                                                                                                          |  |
| 53. | Факторы, влияющие на формирование личности и выбор жизненного пути.                                                                                               |  |
| 54. | Десять шагов уверенности в себе: «Никто не знает, что я...», «Рекламный ролик», «Горячий стул».                                                                   |  |
| 55. | Классификация ценностей по Спрангеру.                                                                                                                             |  |
| 56. | Групповая дискуссия: Возможен ли компромисс между своими ценностями и требованиями социальной среды (или материальными требованиями) при выборе профессии.        |  |
| 57. | Методика «Шесть рек» Леонгард.                                                                                                                                    |  |
| 58. | Эмоциональное состояние и приемы саморегуляции                                                                                                                    |  |
| 59. | Профорientационная игра «Угадай профессию»                                                                                                                        |  |
| 60. | Методика «Диагностика структуры способностей».                                                                                                                    |  |
| 61. | Навыки самопрезентации                                                                                                                                            |  |
| 62. | Десять шагов уверенности в себе: упражнения «Десять шагов уверенности в себе», «Растопи узоры на стекле», «Мой портрет в лучах солнца».                           |  |
| 63. | Игровые пробы                                                                                                                                                     |  |
| 64. | Итоговое занятие                                                                                                                                                  |  |

### Календарно – тематическое планирование на 2 год обучения

|     |                                                                                                        |  |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 1.  | Ошибки при выборе профессии: незнание мира профессий, незнание себя, незнание правил выбора профессии. |  |
| 2.  | Пути получения профессии.                                                                              |  |
| 3.  | Роль мотивов жизненных ценностей в профессиональном выборе.                                            |  |
| 4.  | Мотивационная сфера человека.                                                                          |  |
| 5.  | Методика «Психометрический тест».                                                                      |  |
| 6.  | Человек на рынке труда.                                                                                |  |
| 7.  | Основные принципы формирования регионального рынка труда.                                              |  |
| 8.  | Методика «Отношение к себе».                                                                           |  |
| 9.  | Как получить информацию о вакансиях.                                                                   |  |
| 10. | Как составить резюме.                                                                                  |  |

|     |                                                                                                                                                                                                                       |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 11. | Собеседование работодателем: подводные камни.                                                                                                                                                                         |  |
| 12. | Групповая дискуссия: Каковы приоритеты одних ценностей над другими или своих ценностей над ценностями других.                                                                                                         |  |
| 13. | Общение и его роль в жизни человека.                                                                                                                                                                                  |  |
| 14. | Схема осуществления коммуникации.                                                                                                                                                                                     |  |
| 15. | Деловое общение.                                                                                                                                                                                                      |  |
| 16. | Барьеры на пути коммуникации.                                                                                                                                                                                         |  |
| 17. | Методы и средства эффективного общения.                                                                                                                                                                               |  |
| 18. | Умение слушать – один из методов эффективного общения.                                                                                                                                                                |  |
| 19. | Познавательные процессы и способности личности.                                                                                                                                                                       |  |
| 20. | Память. Диагностика слуховой и зрительной памяти. («Как вы запоминаете?», «Память на числа»).                                                                                                                         |  |
| 21. | Внимание. Диагностика продуктивности и устойчивости внимания.                                                                                                                                                         |  |
| 22. | Воображение.                                                                                                                                                                                                          |  |
| 23. | Мышление. «Оценка логического мышления».                                                                                                                                                                              |  |
| 24. | Планирование профессионального пути: упражнения «Я чувствую сейчас», «Мне кажется, нас с тобой объединяет...», «Мои цели», «Лестница».                                                                                |  |
| 25. | Экскурсия в отделение связи.                                                                                                                                                                                          |  |
| 26. | Тренинг «Профессиональная зрелость».                                                                                                                                                                                  |  |
| 27. | Профессиональные интересы и склонности: Методика «Профориентационная анкета», методика «Матрица выбора профессии».                                                                                                    |  |
| 28. | Развитие навыков эффективного общения: упражнения «За стеклом», «Невербальный подарок», «Интонация», «Интервью», «Карусель».                                                                                          |  |
| 29. | Развитие умений по принятию решений.                                                                                                                                                                                  |  |
| 30. | Профессиональная зрелость.                                                                                                                                                                                            |  |
| 31. | Тренинг. Профессиональная зрелость                                                                                                                                                                                    |  |
| 32. | Тренинг. Применение полученных знаний в решении ситуации выбора профессии.                                                                                                                                            |  |
| 33. | Экскурсия на Очистные                                                                                                                                                                                                 |  |
| 34. | Развитие умения делать выбор и принимать решения: упражнения «Совместная выработка алгоритма принятия решения», «Строительство своей жизни», «Мой портрет в лучах солнца», «Дорога в горы», «Плюс, минус, интересно». |  |
| 35. | Что? Где? Когда?                                                                                                                                                                                                      |  |
| 36. | Я учусь принимать решение.                                                                                                                                                                                            |  |
| 37. | Составление личного профессионального плана.                                                                                                                                                                          |  |
| 38. | Тренинг. Умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности при выборе профессии.                                                                                                                               |  |
| 39. | Профориентационная игра «Спящий город».                                                                                                                                                                               |  |
| 40. | Современный рынок труда. Профессии 21 века.                                                                                                                                                                           |  |
| 41. | Устраиваемся на работу                                                                                                                                                                                                |  |
| 42. | Тренинг "Время выбирает нас".                                                                                                                                                                                         |  |
| 43. | Сто дорог – одна твоя.                                                                                                                                                                                                |  |
| 44. | На пороге новой жизни.                                                                                                                                                                                                |  |
| 45. | На пороге новой жизни: упражнения «Я чувствую сейчас», «Без маски», «Строительство своей жизни», «Рисунок «Дорога в жизнь».                                                                                           |  |
| 46. | Групповая дискуссия: Стабильность и изменчивость структуры ценностей.                                                                                                                                                 |  |
| 47. | Десять шагов уверенности в себе                                                                                                                                                                                       |  |
| 48. | Учебные заведения                                                                                                                                                                                                     |  |
| 49. | Итоговое занятие. Мы выбираем, нас выбирают                                                                                                                                                                           |  |