

Министерство образования Красноярского края  
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кедровый кадетский корпус»

РАССМОТРЕНО

Методическим советом КГБОУ  
«Кедровый кадетский корпус»

Протокол № \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023

Протокол № \_\_\_\_\_ « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ «Кедровый кадетский корпус»

\_\_\_\_\_/Бушин М.В./

Приказ от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_

## РАБОЧАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

социально-гуманитарной направленности

### «Профессия и карьера»

базовый уровень освоения  
возраст обучающихся – 9-11 класс (15-17 лет)

**срок реализации – 3 года**

**Составитель:**

Андрущенко Ольга Николаевна, педагог  
дополнительного образования

п. Кедровый 2023

## **Пояснительная записка**

Проблема подготовки подрастающих поколений к труду — извечная проблема человеческого общества. Однако в различных общественно-экономических формациях она решалась по-разному, каждый раз наполняясь новым содержанием и обретая новые формы реализации на практике.

В жизни каждого человека появляется момент, когда он вынужден задумываться о своём будущем после окончания школы. И вопрос о поиске, выборе профессии является одним из центральных, и в этом смысле судьбоносным, так как задаёт «тон» всему дальнейшему профессиональному пути.

Стремительный переход российского общества к новым формам хозяйственной деятельности привел к возрастанию потребности общества в инициативных, предприимчивых, компетентных и ответственных специалистах. В подготовке таких специалистов важная роль принадлежит общеобразовательному учреждению, поэтому профессиональное самоопределение воспитанников несет социально-педагогическую направленность в рамках программы дополнительного образования.

**Актуальность курса** определяется значимостью формирования у школьников профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. Не имея ни достаточного жизненного опыта, ни опыта принятия решений, молодые люди должны определиться в важном вопросе – вопросе выбора профессии, который является одним из самых первых серьезных выборов для большинства школьников. Часто учащиеся испытывают серьезные затруднения в выборе такого рода. Но, решая эту проблему, они приобретают ценный жизненный опыт и новые способности – способности выбирать и осуществлять свой выбор.

Старшекласснику для принятия решения, выбора «старта в профессию» нужно хорошо знать мир профессий, их требования к человеку и рейтинг на рынке труда, он должен правильно и реально оценивать свои возможности, способности и интересы. По сути дела, он стоит перед решением сложной творческой задачи со многими неизвестными, а подготовить его к успешному решению этой задачи поможет программа дополнительного образования «Профессия и карьера».

В психологическом плане самоопределившаяся личность — это субъект, осознавший,

- что он хочет (цели, жизненные планы, склонности),
- что он есть (интеллект, личностные и физические свойства),
- что он может (возможности и способности),
- что от него хочет общество, и что он ждет от общества.

### **Цели программы**

1. Актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет получения знаний о себе, о мире профессий, их соотнесения в процессе профессиональных проб.

2. Сформировать готовность учащихся к обоснованному выбору профессии, карьеры, жизненного пути с учетом своих способностей, возможностей и полученных знаний о современном рынке труда.

3. Развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях. **Задачи программы**

- **Образовательные задачи:**
  - 1.Обобщение знаний о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере.
  - 2.Формирование представлений о специфике профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров.
  - 3.Знакомство с «азбукой» трудоустройства.
  
- **Воспитательные задачи.**
  - 1.Уточнение профессиональных планов и адекватный выбор социально-деловой карьеры с учётом конъюнктуры рынка труда и собственных профессиональных возможностей.
  - 2.Приобретение практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности школьника и профилю дальнейшего обучения.
- 3.Формирование понимания социально-экономических особенностей и проблем развития Красноярского края, перспектив развития регионального рынка труда,
- **Развивающие задачи.**
  - 1.Развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации.
  - 2.Формирование положительного отношения к себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии.
  - 3.Формирование навыков коммуникативной и управленческой деятельности в процессе коллективной работы.

### **Особенности программы.**

Программа дополнительного образования «Профессия и карьера» даёт многостороннее освещение профессиональной деятельности человека. Она составлена таким образом, что учащиеся могут изучить проблему многосторонне: часть учебного материала учащиеся получают в форме теоретических знаний, другая часть материала направлена на практические работы в форме дискуссий, диагностических процедур, сочинений, развивающих процедур, деловых игр. Существенное уплотнение информационной насыщенности учебного материала достигается путём самостоятельного изучения: составление карты интересов, анализ личного профессионального плана, анализ газет, объявлений, справочников, получение информации из компьютерных сетей, составление собственного резюме. Для развития мотивации к изучению курса в содержании делается акцент на самоопределение.

Программа дополнительного образования «Профессия и карьера» рассчитана на 34 часа в год из расчета на одну группу. Продолжительность образовательного процесса 3 года, в группах численностью 16-20 человек (учащиеся 9-11 классов). Организация занятий возможна в режиме 1 или 2 часа в неделю. **Методы:**

- лекционный метод передачи знаний;
- психодиагностические методы исследования личности;
- методы социально-психологического тренинга: дискуссионный метод обсуждения различных профориентационных проблем, метод анализа конкретных ситуаций, учебноигровая деятельность.

**Продолжительность:** занятия 40 мин **Схема занятий:**

1. Информационный блок. Психологическое, профориентологическое просвещение.
2. Практический блок. Упражнения, задания, игровые микроситуации и т.д.
3. Рефлексивный блок и ритуал-завершение. **Принципы и подходы, лежащие в основе программы.**

Программа реализует личностный подход в обучении и воспитании учащихся, интеграцию научных знаний и образовательных технологий.

Кроме того ей присущи практическая направленность и творческий подход, а также принципы доступности и гуманизации. **Требования к уровню подготовки учащихся.**

*Учащиеся должны знать:*

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- определение профессии и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры;
- требования современного общества к профессиональной деятельности человека;
- понятие рынка профессионального труда и образовательных услуг;
- возможности получения образования по избранному профилю;
- перспективы, психологические основы принятия решения в целом и выбора профиля обучения в частности.

*Учащиеся должны уметь:*

- находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля и пути продолжения образования;
- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ставить цели и планировать действия для их достижения;
- выполнять пробы выбора профиля обучения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;
- 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.

**Результат:** составление индивидуального (личного) профессионального плана каждым учащимся.

Методы выявления результатов:

- изучение исходного уровня профориентационных знаний путем анкетирования и индивидуальных бесед;
- анкетирование по вопросам
- выявления интереса к профориентационной работе и его мотивации,
- определения личностной самооценки школьников, ○ чтению специальной литературы.

### Тематическое планирование программы дополнительного образования «Профессия и карьера».

№	Тема занятия	Количество часов	
		теория	Практика
<i>Программа 9 класса.</i>			
1	Введение. Образ Я.	1	2
2	Что я знаю о своих возможностях. Познавательные процессы человека.		
	Память. Виды памяти.	2	2
	Внимание. Качество и виды внимания.	1	2
	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	2	2
	Мышление. Типы мышления.	1	2
	Особенности интеллектуальной сферы.	1	2
	Типы нервной системы человека.	1	3
	Характер. Анализ различных черт характера человека.	1	3
	Волевые качества личности. Сила воли.	1	2
	Чувства и эмоции.	1	2
<i>Программа 10 класса.</i>			
1	Вводное занятие.	1	
2	Я и выбор профессии.	1	1
3	Личностные особенности и профессионально важные качества.	1	
	Самооценка и уровень притязаний личности.	1	2
	Темперамент и профессия.	1	2
	Факторы влияющие на выбор профессии.	1	2
	Профессиональные ценности.	1	2
4	Анализ профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.	2	2
5	Профессиональная перспектива. Профессия, специальность, должность.	2	2

6	Система профессионального образования. Виды образования. Среднее профессиональное образование. Средние профессиональные учреждения. Рынок образовательных услуг.	1	2
7	Поиск работы и трудоустройство.	1	3
8	Личные и профессиональные цели.	1	2
<b>Программа 11 класса.</b>			
1	<i>Мир профессии.</i>	1	
	Интересы и склонности. Активизирующая профориентационная методика — 5 шагов!	1	2
	Активизирующая профориентационная методика «За и против».	1	2
	Личный профессиональный план. Карьера. Построение карьеры по вертикали и горизонтали.	2	2
	Конкурентноспособная личность. Что ценят современные работодатели.	2	2
2	Коммуникативные навыки в деловом конструктивном общении. Конфликты.	3	3
3	Готовность к выбору профиля, профессии. Профессиональная перспектива.	2	2
4	Как добиться успеха при устройстве на работу. Интервью при приеме на работу. Составление резюме. Составление индивидуального (личного) профессионального плана.	2	2
5	Экскурсии в ВУЗЫ Красноярска по плану профориентационной работы корпуса. Встречи с представителями разных профессий.	В течение учебного года Резервное время: 5 часов	
	<b>Итого:</b>	40	57
	<b>Всего:</b>	102	

## Содержание занятий по программе дополнительного образования «Профессия и карьера».

### 9 класс

**Тема 1. Введение. Образ Я.** Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей. Конструирование своего образа «Я», формула самооценки. Определение уровня самооценки. *Развивающие процедуры:* определение понятия «самооценка», определение формулы самооценки. *Практическая работа:* выявление уровня собственной самооценки. Конструирование своего образа «Я».

**Тема 2. Что я знаю о своих возможностях. Познавательные процессы человека.**

Память. Виды памяти. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. *Развивающие процедуры:* определение понятия «память»; виды памяти, основные

процессы памяти (запоминание, сохранение, забывание, узнавание и воспроизведение), роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. *Практическая работа:* различие видов памяти; определение особенности своей памяти, условий развития памяти. Особенности памяти, приёмы и методы запоминания. Основные приемы и методы запоминания (группировка, опорные пункты, план, классификация).

Внимание. Качество и виды внимания. Определение особенностей своего внимания. Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность). Наблюдательность как профессионально важное качество. Условия развития внимания. *Развивающие процедуры:* определение понятия «внимание»; видов внимания. *Практическая работа:* объяснение различия качеств и видов внимания; определение особенностей своего внимания.

Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Формы чувственного познания окружающего мира: ощущение, восприятие, представление, воображение. Анализ ситуаций, связанных с чувственным познанием мира, при помощи определенных заданий. *Развивающие процедуры:* формы чувственного познания, определение понятий «ощущение, восприятие, представление, воображение». *Практические мероприятия:* анализ ситуаций, связанных с чувственным познанием мира.

Мышление. Типы мышления. Понятие «мышление». Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления. *Развивающие процедуры:* выявление своего преобладающего типа мышления.

Особенности интеллектуальной сферы. Интеллект. Типы интеллекта. Диагностика уровня развития интеллекта (по Г. Айзенку). *Развивающие мероприятия:* определение форм логического мышления: понятие, суждение, умозаключение, качества мышления, понятие «интеллектуальная сфера». Использование основных операций мышления при решении логических задач.

Типы нервной системы. Типы темперамента. Нервная система человека. Типы нервной системы и их различия. Темперамент. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента. Основные характеристики типов темперамента. *Развивающие мероприятия:* определение типов нервной системы, темпераментов и их различия. *Практические мероприятия:* определение и характеристика своего типа нервной системы.

Характер. Черты характера и их проявление в профессиональной деятельности. *Развивающие мероприятия:* анализ различных черт характера, определение понятия «характер». Определение наиболее типичных черт своего характера.

Волевые качества личности. Сила воли. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия профессиональных решений. *Развивающие мероприятия:* характеристика волевых качеств, диагностику своих качеств личности.

Чувства и эмоции. Понятие «чувства» и «эмоции». Способы проявления эмоций. Типы агрессивного поведения. Эмоциональность личности и выбор профессии. Практические задания/упражнения на проявление и узнавание эмоций. Тест эмоций. *Практические мероприятия*: определение своего уровня проявления эмоций.

## 10 класс

### **Тема 1. Вводное занятие**

Цели и задачи курса. Содержание занятий. Труд в жизни человека и общества. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности.

### **Тема 2. Я и выбор профессии**

Представление о себе и выбор профессии. Путь к самопознанию. Психические особенности личности и человеческие возможности, ведущие к профессиональному успеху.

*Развивающие процедуры*: методика «Произвольное самописание».

*Диагностические методики*: «Кто я?».

### **Тема 3. Личностные особенности и профессионально важные качества.**

1. Самооценка и уровень притязаний личности.
2. Темперамент и профессия.
3. Факторы влияющие на выбор профессии.
4. Требования профессии к человеку. Мотивы выбора профессии. Секреты выбора профессии («хочу» - «могу» - «надо»). Профессиональные интересы. Активная роль личности при выборе профессии.
5. Профессиональные ценности.

*Практическая работа*: Лекции, дискуссии, решение практических задач, игровые микроситуации, психодиагностические методы исследования личности, рефлексия.

### **Тема 4. Анализ профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу**

Формула профессии. Классификационные признаки - предмет труда, цель труда, орудия труда, условия труда.

Кадровое планирование. Банки данных рабочей сил (спрос и предложение). Занятость населения и безработица.

*Игра*: «Угадай профессию».

*Практическая работа*: составление формул профессий.

*Развивающие процедуры*: прогнозирование изменений состояния рынка рабочей силы в г. Красноярске в ближайшие 5 лет..

### **Тема 5. Профессиональная перспектива.**

#### **Профессия, специальность, должность.**

Понятие о профессиональной пригодности. Методы изучения способностей. Развитие способностей. Призвание. Целеустремленность. Временная перспектива.

Профессиональный успех на студенческой скамье. Правила составления резюме.

*Практическая работа*: составление индивидуальной программы самовоспитания, составление резюме.

**Тема 6. Система профессионального образования. Виды образования. Среднее профессиональное образование. Средние профессиональные учреждения. Рынок образовательных услуг.**



Система профессионального образования. Типы учебных заведений, условия приема и обучения студентов. Система дополнительного образования. Социально – профессиональная мобильность. *Практическая работа:* анализ рынка образовательных услуг г. Красноярске и крае в целом.

### **Тема 7. Поиск работы и трудоустройство.**

Источники получения информации о вакансиях. Самопрезентация. Собеседование. *Практическая работа:* Лекция, игровые микроситуации, дискуссия, решение практических задач, рефлексия.

### **Тема 8. Личные и профессиональные цели.**

Понятие о профессиональной карьере. Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека. Профессиональное прогнозирование и самоопределение.

*Практическая работа:* заполнение дневника профессиональной карьеры, составление и анализ личного профессионального плана.

*Развивающие процедуры:* профконсультации, ролевая игра «Биржа труда».

## **11 класс**

### **Тема 1. Мир профессии.**

1. Интересы и склонности. Активизирующая профориентационная методика —5 шагов
2. Активизирующая профориентационная методика «За и против».
3. Личный профессиональный план. Карьера. Построение карьеры по вертикали и горизонтали.
4. Конкурентноспособная личность. Что ценят современные работодатели. Профессиональная этика и культура деловых взаимоотношений, профессиональное становление.

### **Тема 2. Коммуникативные навыки в деловом конструктивном общении. Конфликты.**

Понятие о профессиональной карьере. Профессиональная компетентность. Формулирование понятия конфликта. Создание условий для понимания амбивалентного смысла конфликта (отрицательного и положительного).

*Практическая работа:* **Тема 3. Готовность к выбору профиля, профессии.**

### **Профессиональная перспектива.**

Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности. Проверка соответствия выбранной профессии склонностям учащихся.

*Практическая работа:* определение способности учащихся к выбору профессии.

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов, дискуссия «Риски предстоящего выбора».

### **Тема 4. Как добиться успеха при устройстве на работу. Интервью при приеме на работу. Составление резюме. Составление индивидуального (личного) профессионального плана.**

Проведение профориентационных проб по выбранным направлениям. Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека. Профессиональное прогнозирование и самоопределение. Подготовка и защита индивидуального (личного) профессионального плана.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ И ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Проведение занятий по программе предполагает использование широкого спектра методических средств, таких как:

- междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения;
- интерактивность (работа в малых группах, ролевые игры, тренинг);  
□ обучение через опыт и сотрудничество.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На каждом занятии предусматривается включение учащихся в практическую деятельность, включающую в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Предполагается также использование таких активных методов обучения, как эвристическая беседа, проблемное изложение учебного материала.

Программа обладает достаточной для проведения контроля конкретностью определения результатов подготовки по каждому разделу и по программе в целом. Контроль проводится для определения степени достижения целей обучения, уровня сформированности знаний, умений и навыков, а также выявления уровня развития учащихся с целью корректировки методики обучения.

Виды контроля уровня сформированности знаний, умений и навыков учащихся: текущий, периодический, итоговый в форме тестирования, анкетирования, диагностики. Периодический контроль поможет установить степень усвоения материала по каждой теме программы курса. Для этих целей могут использоваться психологические тренинги. Итоговый контроль проводится на последнем занятии в форме собеседования или групповой консультации.

Материал программы распределен во времени с учетом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

**Дидактический материал** CD диск с иллюстративным и справочным материалом, презентации по темам курса, карточки-задания, тесты, схемы.



## Список литературы.

1. Афанасьева Н.В. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор»/ под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2007.
2. Климов Е.А. Как выбирать профессию? //Библиография.- М., 2005, №6
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д: Феникс, 2006.
4. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.:Academia. 2007.
5. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (811 классы). - Москва: Вако. 2005.
6. Пряжникова Е.Ю. Пряжников Н.С. Профориентация: учебное пособие для вузов. М.: Академия. 2006. 7. Пряжников Н.С. Направления и методы профориентации.//Директор школы. №2, 2006.
8. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Профессиональное самоопределение: проблема соотношения образовательного госстандарта и уникальности личности. // Журнал практ. психолога. 1999, №4.
9. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Профориентация. М., Изд. Центр «Академия», 2005.
10. Селезнева Н.Т., Андрущенко О.Н. «Развитие жизнеспособности личности в отрочестве». Красноярск, КГПУ им. В.П. Астафьева, 2019.
11. Технология. Учебник для 10-х классов под ред. В.Д.Симоненко. М.: ВентанаГраф. 2007.
12. Основы технологической культуры. Учебник для 10-11-х классов под ред. В.Д.Симоненко. М.: Вентана-Граф. 2007.
13. Технология. Профессиональный успех. Учебник для 10-11 классов под ред. С.Н.Чистяковой. М.: Просвещение. 2007.
14. Чернов С.В. Азбука трудоустройства. Элективный курс для 9-11 классов. М.: Вита-пресс.2007.