

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 15»  
(МОУ «СОШ № 15»)

Принята  
Педагогическим советом  
протокол № 1  
«06» сентября 2022 г.

Утверждена  
приказом директора  
МОУ СОШ № 15  
№ 01-10/220  
от « 06 » сентября 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА –  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Билет в будущее»**

Возраст учащихся, на которых рассчитана  
программа: 15-16 лет

Срок реализации программы: 1 год

Направленность: социально-гуманитарная

Составитель: Мильхер Т.Н.  
зам. директора по ВР

г. Ухта, 2022 г

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Билет в будущее» разработана в соответствии с:

- Стратегией национальной безопасности Российской Федерации (Указ президента Российской Федерации от 02 июля 2021 года № 400 «О стратегии национальной безопасности Российской Федерации»);
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Планом основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 года № 122-р «Об утверждении Плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года»);
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287);
- Примерной рабочей программой воспитания для общеобразовательных организаций, утвержденная ФУМО 24.06.2022.
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы»;
- Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования обучающихся»;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Письмом Министерства образования и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. №07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми».
- Уставом МОУ «СОШ № 15»

**Направленность (профиль) программы:** социально-гуманитарная

**Актуальность программы:**

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. Поэтому работа по программе позволит реализовать эти актуальные для личностного развития учащегося задачи.

**Адресат программы** – учащиеся 8- 9х классов.

**Вид программы:** стартовый

**Объем программы:** 18 часов

**Срок освоения программы:** 2 года, 67 недель

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий:** занятия проводятся один раз в месяц, продолжительность занятия – 40 минут.

**Особенности организации образовательного процесса:**

- состав группы: постоянный.
- виды занятий по организационной структуре - коллективные

## **Цель и задачи программы:**

**Цель программы:** помощь обучающимся в ориентации в мире профессий и в способах получения профессионального образования.

### **Задачи программы:**

#### *обучающие:*

- знакомство с миром профессий (содержанием профессий, требованиями профессии к человеку, рынком труда, путями получения профессии);
- обучение навыкам целеполагания, принятия решения и прогнозирования его последствий.
- построение индивидуальной траектории жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей;

#### *развивающие:*

- освоение обучающимися надпрофессиональными компетенциями (навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решений и ответственности за них т. д.).
- развитие ценностно-смысловой, мотивационно-потребностной, интеллектуальной, коммуникативной и эмоционально-волевой сфер;
- формирование реалистичной самооценки с учетом своих ограничений и возможностей;

#### *воспитательные:*

- формирование реалистичной самооценки с учетом своих ограничений и возможностей;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
- воспитание интереса к практическому изучению профессий и труда различного рода;

**Учебный план:  
Первый год обучения**

№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Личностные особенности человека	1	1	-	
2	Самооценка и уровень притязаний	1	-	1	Практическая работа
3	Профессиональные интересы и склонности. Задатки и способности	1	1	-	
4	Темперамент и профессия	1	1	-	
5	Поведение в конфликтах	1	-	1	Практическая работа
6	Организаторские и творческие способности	1	1	1	
7	Профессия и здоровье	1	1	-	Тест
8	Профессионально важные качества	1	1	-	
9	Что я знаю о себе	1	-	1	Проект
	<b>Итого:</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	

**Второй год обучения**

№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Мотивы труда	1	1	-	
2	Готовимся к экзаменам	2	1	1	Практическая работа
3	Классификация профессий	1	-	1	Практическая работа
4	Правильный выбор профессии	1	1		
5	Пути получения профессии	1	-	1	Практическая работа
6	Современный рынок труда	1	1		
7	Что я знаю о профессиях и карьере	2	1	1	Проект
	<b>Итого:</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	

## **Содержание программы Первый год обучения**

### **1. Личностные особенности человека:**

*Теория:* Роль психологических знаний в жизни человека. Важность учета психологических особенностей при выборе профессии и планировании профессиональной карьеры. Знакомство с понятиями «личность», «характер», «индивидуальность», «синдром Маугли».

### **2. Самооценка и уровень притязаний**

*Теория:* Понятия «самооценка», «успех», «уровень притязаний», «формула Джеймса», «эффект Даннинга—Крюгера». Роль самооценки в жизни человека. Завышенная и заниженная самооценка. Успех и уровень притязаний.

*Практика:* Пр/р «Оцениваем уровень притязаний».

### **3. Профессиональные интересы и склонности. Задатки и способности**

*Теория:* Понятия «профессиональные интересы», «профессиональные склонности». Основные характеристики профессионального интереса. Различия между профессиональными интересами и профессиональными склонностями.

Понятия «задатки», «способности», «внимание», «внимательность», «произвольное внимание», «непроизвольное внимание», «память».

### **4. Темперамент и профессия:**

*Теория:* Понятие «темперамент». Характеристики типов темперамента. Связь темперамента и профессии.

### **5. Поведение в конфликтах**

*Теория:* Типы поведения в конфликтных ситуациях. Конкуренция. Сотрудничество. Избегание. Понятия «агрессивное поведение», «уверенное поведение», «неуверенное поведение». Виды и причины агрессивного поведения. Агрессивное поведение и выбор профессии.

*Практика:* Пр/р «Поведение в конфликтах», «Стиль общения».

### **6. Организаторские и творческие способности**

*Теория:* Качества хорошего руководителя. Типы руководителей. Стиль руководства. Определение выраженности организаторских способностей и стиля руководства. Типы организаций по Ф. Лалу

### **7. Профессия и здоровье**

*Теория:* Требования профессий к здоровью человека. Группы профессий по условиям труда. Понятие «медицинские противопоказания». Здоровье как фактор успешной карьеры.

*Практика:* Тест «Мое здоровье».

### **8. Профессионально важные качества**

*Теория:* Понятия «профессионально важные качества», «компетенции». Уровни профессиональной пригодности. Профессиональная пригодность, профессиональная непригодность, призвание.

## **9. Что я знаю о себе**

*Теория:* Жизненные стратегии. Карта самодиагностики. Соотнесение своих личностных особенностей с требованиями различных профессий. Моделирование будущей профессии на основе результатов самодиагностики.

*Практика:* Проектная работа «Мой профессионально-психологический портрет»

## **Второй год обучения**

### **1. Мотивы труда**

*Теория:* Понятия «мотивы труда», «конструктивные мотивы труда», «деструктивные мотивы труда», «профессиональная мотивация», «внепрофессиональная мотивация». Личные мотивы профессиональной деятельности. Профессиональная и внепрофессиональная мотивация.

### **2. Готовимся к экзаменам**

*Теория:* Выбор предметов для сдачи экзаменов. Понятия «тревога», «тревожность», «стресс», «эустресс». Определение уровня школьной тревожности. Рациональное распределение времени при подготовке к экзаменам.

*Практика:* Пр/р «Уровень школьной тревожности».

### **3. Классификация профессий**

Понятия «объект труда», «цели труда», «средства труда», «условия труда». Развитие представлений о классификации. Определение профессиональных интересов на основе классификации Е. А. Климова. Моделирование будущей профессии на основе привлекательных объектов, целей, средств и условий труда.

*Практика:* Пр/р «Мои профессиональные интересы»

### **4. Правильный выбор профессии**

Психологическая готовность к выбору профессии. Критерии готовности к выбору профессии. Своевременность. Осознанность. Реалистичность. Согласованность. Ситуации выбора профессии.

### **5. Пути получения профессии**

*Теория:* Трудоустройство выпускников. Среднее профессиональное образование. Высшее образование. Физический и умственный труд. Понятия «внутренняя мотивация», «внешняя мотивация». Региональный рынок образовательных услуг.

*Практика:* Пр/р «Внутренняя и внешняя мотивация».

### **6. Современный рынок труда**

*Теория:* Знакомство с понятиями «рынок труда», «трудоустройство», «конкурентоспособность». Законы рынка труда. Редкие профессии. Массовые профессии. «Атлас новых профессий» Рынок труда РК.

### **7. Что я знаю о профессиях и карьере**

*Теория:* Анкета профессионального самоопределения. Достоинства. Недостатки. Возможности. Препятствия. Выбор профессии на основе анализа информации о своих личностных особенностях, профессиях, рынке образовательных услуг и рынке труда.

*Практика:* Проектная работа «Мой личный профессиональный план».

## Планируемые результаты

### Предметные:

- знать содержание понятий: «личность», «характер», «индивидуальность», «самооценка», «уровень притязаний», «профессиональные интересы», «профессиональные склонности», «задатки», «способности», «внимание», «память», «темперамент», «эмоциональный интеллект», «профессионально важные качества», «компетенции», «медицинские противопоказания», «доминанта», «жизненные ценности»;
- осознавать особенности своего характера, мышления, темперамента, самооценки и уровня притязаний, учебно-профессиональной мотивации;
- соотносить свои профессиональные интересы, склонности и личностные особенности с требованиями профессий;
- классифицировать профессии по различным основаниям;
- использовать эффективные стратегии поведения в конфликтных ситуациях;
- определять приоритетные ценности в своей жизни;
- осознавать и контролировать собственные потребности;
- определять психологическую готовность к выбору профессии;
- соотносить возможные медицинские противопоказания и ограничения с будущей профессиональной деятельностью;
- анализировать рынок образовательных услуг;
- выбирать оптимальный способ получения профессии;
- планировать свое профессиональное будущее на основе оценки своих ограничений и возможностей;
- использовать приемы психологической саморегуляции при подготовке к экзаменам.

### Метапредметные:

#### Познавательные

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;
- оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе работы с интернет-источниками;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого обсуждения в группе или в паре;
- выдвигать предположения о возможном росте и падении спроса на ту или иную специальность в новых условиях;

#### Регулятивные

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений
- 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 программы;
- 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.

#### Коммуникативные

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий
- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу 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

#### Личностные:

- идентификация себя как гражданина России, уважение к истории, культуре, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира и каждому его представителю.
- готовность и способность к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору и построению индивидуальной профессионально-образовательной траектории с учетом знаний о себе и мире профессий.
- стремление соответствовать нормам нравственного поведения, общим для всех культур и религий.
- уважение к любым видам профессиональной деятельности на основе опыта участия в социально значимом труде.
- следование социальным нормам и правилам поведения в обществе.
- развитие универсальных компетенций, значимых в любой профессиональной деятельности (ответственность, честность, готовность к сотрудничеству, трудолюбие).
- осознание ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.
- воспитание чувства прекрасного на основе знакомства с жизнью и творчеством мастеров и произведениями искусства.
- воспитание экологии поведения.



## **Комплекс организационно-педагогических условий:**

### Условия реализации программы:

*Помещение* - учебный кабинет, оформленные в соответствии с профилем проводимых занятий, оборудованные в соответствии с санитарными нормами;

*Оборудование* - учительский стол - 1, стул учительский - 1, стол для учащегося - 15, стулья для учащихся - 30, классная доска, шкафы и стеллажи для хранения учебной литературы и наглядных пособий

*Информационное обеспечение* - ноутбук, экран, проектор

*Кадровое обеспечение* – педагог-психолог, категория – соответствие занимаемой должности

### Интернет-ресурсы:

[https://wiki.stavcdo.ru/images/8/8a/Резапкина\\_Г.В.\\_Технология\\_Профессиональное\\_самоопределение\\_8-9\\_кл.\\_Рабочая\\_программа\\_Модульный\\_курс.pdf](https://wiki.stavcdo.ru/images/8/8a/Резапкина_Г.В._Технология_Профессиональное_самоопределение_8-9_кл._Рабочая_программа_Модульный_курс.pdf)

### Формы аттестации/контроля

- стартовый (входящий) контроль: опрос
- текущий контроль: наблюдение, практическая работа, анкетирование
- промежуточная аттестация: проект

## **Список литературы**

### **Для учителя:**

1. Бедарева Т., Грецов А. 100 популярных профессий. Психология успешной карьеры для старшеклассников и студентов. - Спб, 2008.
2. Профорientационный тренинг для старшеклассников "Твой выбор"/ под ред. Н. В. Афанасьевой. - Санкт-Петербург: Речь, 2007. - 365 с.
3. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2007. - 128 с.
4. Резапкина Г.В. Скорая помощь в выборе профессии - М.: Генезис, 2007.
5. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. - М.: Генезис, 2007.
6. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. - М.: Генезис, 2007

