



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа № 34"  
муниципального образования города Братска

**МБОУ «СОШ № 34»**

665709, РФ, Иркутская обл., город Братск, ул. Приморская, д.47,  
тел./факс: (3953) 37-81-32; 37-87-24  
e-mail: brschool34@mail.ru, web-сайт: 34brschool.ru

**СОГЛАСОВАНО**

педагогическим советом  
МБОУ «СОШ № 34»  
мо города Братска  
(протокол от 30.08.2023 г. № 9)

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ «СОШ № 34»

  
Т.А. Филиппова  
(приказ от 31.08.2023 № 78/2)



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности «Мой выбор»**

**для обучающихся 5-9 классов**

**г. Братск, 2023 г.**

## **Пояснительная записка**

### **Планируемые результаты изучения курса «Мой выбор» для 5-9 классов:**

Профессиональное самоопределение – событие, которое часто в корне меняет все течение жизни, затрагивая все ее сферы. Любимая работа – важнейшая составляющая жизни. Заниматься в жизни любимым делом – значит, жить в согласии с собой. Люди, нашедшие «свою работу», могут четко осознавать: «Я на своем месте, это верно сделанный выбор». И выбор должен осуществить именно тот, кому дальше жить с этим выбором. То есть, сам подросток. Предлагаемая программа профориентации (как индивидуальная, так и групповая форма) помогает сделать оптимальный выбор через ситуации профессионального самоопределения. Профориентационные занятия могут содействовать осмысленному выбору школьником своего профессионального пути.

**Цель программы:** формирование профориентационной компетентности обучающихся путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего.

**Задачи:**

1. Активизировать внутренние психологические ресурсы обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу;
2. Формирование осознания обучающимися своих интересов, способностей, общественных ценностей, связанных с выбором профессии и своего места в обществе.
3. Уметь оценивать свое решение о профессиональном выборе.

**Форма работы:** форма работы с обучающимися – групповая

**Планируемый результат:**

- повысить мотивацию обучающихся к самоопределению в выборе будущей профессии и сферы профессиональной деятельности;
- оказать психологическую поддержку и помощь обучающимся в осознанном и ответственном выборе профиля обучения и будущей профессии;
- помочь обучающимся определиться с образом своего профессионального будущего и дальнейшего образовательного маршрута;
- сориентировать обучающихся на реализацию собственных замыслов и личностных ресурсов в реальных социальных условиях.

**Планируемые результаты:**

У учащихся будут сформированы личностные, метапредметные (регулятивные, познавательные, коммуникативные) и предметные универсальные учебные действия.

**I. Личностные:**

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе клуба и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы;
- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;

- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- об основах здорового образа жизни;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

## **II. Метапредметные:**

### **Регулятивные:**

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

### **Познавательные:**

- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

### **Коммуникативные:**

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

## **III. Предметные:**

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально-значимых мероприятий.
- организации коллективной творческой деятельности;
- приобретение опыта исследовательской деятельности;
- самостоятельному поиска, нахождению и обработке информации;

## **Содержание курса**

### **5 класс**

Содержание курса	Формы организации
<b>Мои личные профессиональные планы.</b> Расширить представление обучающихся о мире профессий, о профессиональном самоопределении, определении ценностей и приоритетов в своей жизни, к самопознанию, саморазвитию.	Дискуссия
<b>Ценностные ориентации.</b> <b>Самооценка и уровень притязаний.</b> Влияние самооценки на все стороны жизни человека.	Тестирование Дискуссия
<b>Интересы и склонности в выборе профессии.</b> Дать обучающимся представление о профессиях, помочь	Дискуссия Беседа

<p>выявить способности к определенному виду деятельности.</p>	
<p><b>Классификация профессий по Климову.</b>          Отвечаем на вопросник Климова, Типы профессий (построение таблицы): Ч-Ч, Ч-Т, Ч-П, Ч-ХО, Ч-Э.</p>	<p>Диагностика</p>
<p><b>Концепция индивидуальности Голланда.</b>          «Какой у вас характер?», «Шкала значимости эмоций», «Эмоциональная направленность личности», «Тип ригидности психологической установки», «Тест Голланда».</p>	<p>Тестирование</p>
<p><b>Правила выбора профессии.</b>          Встречи со специалистами различных профессий (медик, полицейский)          Знакомство воспитанников с различными видами профессий.</p>	<p>Встреча с интересными людьми          Беседа</p>
<p><b>Ошибки и затруднения при выборе профессии.</b>          Знакомство с факторами и ошибками выбора профессии          Проведение викторины на знание и выбор профессии.</p>	<p>Беседа          Презентация слайдов          Мини-сочинение «Моя любимая профессия».</p>
<p><b>Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода.</b>          Практическая работа.</p>	<p>Мини-сочинение          Дискуссия</p>
<p><b>Что такое профессиограмма?</b>          Профессиограмма – характеристика профессии, в которой описаны ее способности, содержание и характер труда. Профессиограммы профессий по выбору учащихся. Формула профессии – последовательность букв, соответствующая описанию профессий.</p>	<p>Дискуссия          Беседа</p>
<p><b>В каких учебных заведениях можно получить профессию?</b>          Знакомство с учебными заведениями. Какие существуют учебные заведения?</p>	<p>Лекция          Презентация слайдов</p>
<p><b>Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»)</b>          Ошибки при выборе профессии: незнание мира профессий, незнание себя, незнание правил выбора профессии. Пути получения профессии. Формула успеха: хочу – могу – надо</p>	<p>Дискуссия          Беседа</p>
<p><b>Как готовить себя к будущей профессии?</b>          Разбор классификации профессий, анализ профессий по классификации.</p>	<p>Беседа          Дискуссия          тест «Профпригодность»</p>
<p><b>Быть нужным людям.</b>          Что значит быть нужным людям?</p>	<p>Дискуссия</p>
<p><b>Профессия, охраняющая общественный порядок.</b>          Обзор профессий, связанных с охраной общественного порядка.</p>	<p>Дискуссия          Презентация слайдов</p>
<p><b>Необычная творческая профессия.</b>          Какие творческие профессии бывают, обзор необычных</p>	<p>Дискуссия          Презентация слайдов</p>

творческих профессий.	
<b>Рабочие профессии.</b> Обзор рабочих профессий.	Дискуссия Разгадывание кроссвордов Презентация слайдов
<b>Жизненно важная профессия.</b> Обзор профессий, жизненно важных для общества.	Дискуссия Презентация слайдов

### 6 класс

Содержание курса	Формы организации
<b>Трудом славен человек.</b> Знакомство с различными профессиями. Групповая работа учащихся по выбору понравившейся профессии. Сбор и предоставление расширенной информации о выбранной профессии благодаря дополнительным источникам.	Дискуссия Просмотр фильма
<b>Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей.</b> Встречи с родителями.	Интервью Анкетирование
<b>Человеческие возможности</b> Просмотр фильма, аналитическая беседа с учащимися по увиденному материалу.	Просмотр фильма «Человеческие возможности» Беседа
<b>Способности к запоминанию</b> Общее представление о памяти, ее видах, процессах. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. Знакомство с приемами запоминания и возможностями развития памяти.	Упражнения на развитие памяти Конкурс «Кто лучше запоминает?»
<b>Способность быть внимательным</b> Представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Значение наблюдательности как профессионально важного качества.	Упражнения на развитие внимания Игра «Выбери лишнее!».
<b>Волевые качества личности</b> Волевые качества личности. Регулирующая функция воли.	Опросник «Какая у меня воля?» Дискуссия «Какими качествами должен обладать волевой человек?».
<b>«Узнаю, думаю, выбираю»</b> Практическая работа	Диагностика «Визитка» «Тебе подходят профессии» «Узнай профессию»
<b>Беседы о конкретных профессиях</b> Приглашение и беседа с врачом-педиатром и библиотекарем. Конструктивный диалог учащихся с приглашенными гостями, возможность более глубокого погружения в данные профессии учащимися, возможность задать интересующие детей вопросы и получить на них профессиональные ответы.	Диалог
<b>Классификация профессий</b> Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Знакомство с профессиограммами.	Лекция Работа в малых группах
<b>Профессия и современность</b> Экскурсия в библиотеку. Знакомство учащихся с профессией библиотекаря.	Экскурсия Беседа

<b>Ошибки при выборе профессии</b> Аналитическая беседа с учащимися после просмотра.	Просмотр видеоролика «Типичные ошибки» Беседа
<b>Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?</b> Проведение викторины на знание и выбор профессии.	Викторина Мини-сочинение «Моя любимая профессия».
<b>Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?»</b> Что такое интерес? Что такое склонности? Составление совместно с учащимися примерной анкеты на выявление интересов школьников. Знакомство с новыми профессиями, такими как: промоутер, имиджмейкер, девелопер, мерчендайзер. Исследовательская работа учащихся по нахождению этих профессий в дополнительных источниках информации.	Составление и заполнение карты интересов. Опросник Е. А. Климова. Исследовательская работа
<b>Темперамент и выбор профессии</b> От чего зависит выбор профессии? Что такое темперамент? Знакомство с биографиями людей успешной карьеры: Гейтс Билл, Дисней Уолт, Шанель Коко, Федоров Святослав Николаевич. Выбор будущей профессиональной сферы. Известные люди региона.	Опросник Айзенка
<b>Здоровье и выбор профессии</b> Факторы здоровья при выборе профессии. Медицинские противопоказания при выборе профессии. «Анкета здоровья». Беседа со школьной медицинской сестрой.	Лекция Анкетирование
<b>Дело твоей жизни</b> Выявление самооценки и планирование своего будущего. «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» - «могу» - «надо».	Диагностика
<b>Профессиональный тип личности</b> Определение своего профессионального типа личности.	Тест «Профессиональный тип личности».

### 7 класс

Содержание курса	Формы организации
<b>Мир профессий.</b> Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность.	Диагностика опросник Методика “Матрица профессий”.
<b>Знакомство с профессиограммами.</b> Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”.	Беседа
<b>Профессия типа “Человек – техника”.</b> <b>Профессия типа “Человек – природа”.</b> <b>Профессия типа “Человек – знаковая система”.</b> <b>Профессия типа “Человек – художественный образ</b> <b>Профессия типа “Человек – человек”.</b>	Дифференциально-диагностический опросник Е.А.Климова Лекция
<b>Свойства нервной системы и темперамент.</b> История изучения темперамента: от Гиппократ до	Опросник типа темперамента Г.Айзенка.

Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность.	Теппинг-тест – определение свойств нервной системы, работоспособности
<b>Память.</b> Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.	Диагностика Беседа
<b>Внимание.</b> Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Приемы развития внимания.	Диагностика
<b>Мышление.</b> Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Приемы развития.	Диагностика структуры интеллекта Р.Амтхауэра
<b>Эмоциональное состояние личности.</b> Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс.	Диагностика Ч.Д.Спилбергер “Шкала самооценки”.
<b>Саморегуляция.</b> Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе.	Дискуссия
<b>Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.</b> Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты.	Диагностика по методике “КОС”.
<b>Первый шаг на пути к профессии.</b> Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.	Дискуссия Беседа
<b>Современный рынок труда и его требования.</b> Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование.	Дискуссия Беседа
<b>Мотивы и основные условия выбора профессии.</b> “Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.	Беседа
<b>Что требует профессия от меня?</b> Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика “работа для вас”), “Центр занятости населения”.	Лекция Просмотр видеоролика

<b>Перспективы профессионального старта.</b> Навыки самопрезентации. Правила поведения на собеседовании.	Ролевая игра «Интервью при приеме на работу»
---	--

### 8 класс

Содержание курса	Формы организации
<b>Самооценка и уровень притязаний.</b> Самооценка индивидуальных возможностей, карта интересов. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе.	Анкета «Планы на ближайшее будущее». опросник профессиональной готовности. Методика самооценки индивидуальных возможностей
<b>Темперамент и профессия. Определение темперамента.</b> Уровень развития волевых качеств. Внутренний мир человека и возможности его познания. Теоретические сведения. Темперамент. Особенности проявления основных типов темперамента в учебной и профессиональной деятельности.	Методика выявления черт характера.
<b>Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций.</b> Ведущие отношения личности: к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру. Эмоциональные состояния личности.	Дискуссия
<b>Стресс и тревожность.</b> Понятие стресса и тревожности. Работоспособность. Психология принятия решения.	Анкета здоровья теппинг-тест опросник Айзенка, опросники «Беспокойство-тревога» «Какая у меня воля».
<b>Определение типа мышления.</b> Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления.	Лекция
<b>Профессия, специальность, должность.</b> Классификация профессий. Цели труда. Классификация профессий по Е.А. Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А. Климова. Профессиограмма: подробное описание профессии.	Самодиагностика Дифференциально-диагностический опросник Е.А.Климова
<b>Определение типа будущей профессии.</b> Характеристика профессий типа «человек – человек». Подтипы профессий типа «человек – человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек – человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – человек». Характеристика профессий типа «человек – техника». Подтипы профессий типа «человек – техника». ПВК профессий типа «человек – техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа	Профессиональные пробы.

<p>«человек – техника».</p> <p>Характеристика профессий типа «человек – знаковая система». Подтипы профессий типа «человек – знаковая система». ПВК профессий типа «человек – знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – знаковая система».</p> <p>Характеристика профессий типа «человек – природа». Подтипы профессий типа «человек – природа». ПВК профессий типа «человек – природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – природа».</p> <p>Характеристика профессий типа «человек – художественный образ». Подтипы профессий типа «человек – художественный образ». ПВК профессий типа «человек – художественный образ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – художественный образ».</p>	
<p><b>Определение профессионального типа личности.</b> Практическая работа</p>	<p>Тест «Определение направленности личности», «16-факторный опросник Р. Кеттелла».</p>
<p><b>Профессия и здоровье.</b> Здоровье и профессия. Профессиональная пригодность. Показатели профессиональной пригодности: успешность и удовлетворенность. Степени профессиональной пригодности: непригодность, пригодность, соответствие, призвание. Причины ошибок и затруднений в выборе профессии.</p>	<p>Беседа Дискуссия</p>
<p><b>Уровни профессиональной пригодности.</b> Сущность понятий «профессиональная пригодность», «непригодность», «призвание – высший уровень профессиональной пригодности», соответствие человека к той или иной области деятельности, научить обучающихся определять свое профессиональное призвание, корректировать профессиональные планы, в соответствии с возможностями и здоровья организма.</p>	<p>Диагностика Опросник Дж. Холлонда</p>
<p><b>Мои способности.</b> Общие и специальные способности. Три признака способностей по Б. М. Теплову Формирование способностей. Взаимосвязь задатков и способностей. Интересы (содержание, широта, длительность, глубина). Интересы и склонности. Влияние интересов, склонностей и способностей на выбор профессии.</p>	<p>Лекция методика выявления интересов и карта склонностей</p>
<p><b>Мотивы и потребности.</b> Потребности и мотивы как условия активности личности, сущность понятий «мотивы», «ценностные ориентации», виды мотивов, выявление ведущих мотивов деятельности.</p>	<p>Лекция анкета мотивов выбора профессии методика исследования ценностных ориентаций</p>
<p><b>Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях.</b> Основные понятия о рынке труда и учебных мест. Узнают об основных работодателях на территории</p>	<p>Беседа Просмотр видеоролика</p>

Иркутской области.	
--------------------	--

**9 класс**

Содержание курса	Формы организации
<p><b>Рынок образовательных услуг и рынок труда в Иркутской области. Образовательная карта учебных заведений региона.</b>            Знакомство с понятием «образовательная карта», знакомство с профессиональными учебными заведениями, высшими учебными заведениями. Перечень учебных заведений.            Основные понятия о рынке труда. Основные работодатели на территории Иркутской области.            Наиболее востребованные профессии в нашем городе.</p>	<p>Лекция            Дискуссия</p>
<p><b>Кто Я или что Я думаю о себе.</b>            Умение выделять важные вопросы, необходимые для выбора будущей профессии (Кто я? Чего хочу? Что могу?). Развивать способность адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны. Понятие личности.            Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.</p>	<p>Лекция            Составление «дерева» психологических качеств личности            Методика «Кто я?»            Методика «Произвольное самописание»</p>
<p><b>Классификация профессий.</b>            Классификация профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда.            Профессиограмма. Зарубежная классификация профессий по Дж.Холланду.</p>	<p>Лекция            Диагностика</p>
<p><b>Формула профессии. Анализ профессии.</b>            Понятие «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Профессии типов «человек – человек», «человек – техника», «человек – природа», «человек - знаковая система», «человек – художественный образ». Профессиограмма и психограмма.</p>	<p>Лекция            Практическая работа «Составление профессиограммы профессии».</p>
<p><b>Здоровье и выбор профессии.</b>            Важнейшие характеристики здоровья человека. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие о неблагоприятных производственных факторах.            Работоспособность. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии.</p>	<p>Беседа «Здоровье и выбор профессии»            Тест «Состояние здоровья и самочувствие»</p>
<p><b>Роль темперамента в выборе профессии.</b>            Типы темперамента. Карточки с описанием типов ВНД по Кречмеру. Карточки с описанием типов по И..П. Павлову. Классификация профессий К.М. Гуревича по признаку их абсолютной или относительной профпригодности.</p>	<p>Беседа            Игра «Угадай профессию».</p>
<p><b>Характер и моя будущая карьера.</b>            Формирование характера и его влияние на выбор профессии.            Модель способностей человека.</p>	<p>Беседа            Упражнение «Что я испытываю, выбирая профессию?» Упражнение</p>

	«Знакомьтесь, Профессия...».
<p><b>Я – концепция или «теория самого себя».</b>          Сущность концепции «Я». «Образ «Я» как система представлений о себе. Структура «образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Самооценка и ее роль в профессиональном самоопределении личности.</p>	Упражнение «Комплимент». Методика «Самооценка» Методика исследования самооценки Упражнение «Ты лучший!»
<p><b>Ошибки в выборе профессии.</b>          «Хочу» — склонности, желания, интересы личности; «могу» — человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» — потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии. Перечень типичных ошибок. Карточки с примерами ошибок в выборе профессии.</p>	Беседа Практическая работа Анкета
<p><b>Интересы и выбор профессии.</b>          Сущность понятий «профессиональный интерес» и «склонности». Интересы: познавательные и профессиональные. Профессиональные намерения. Индивидуальные интересы.</p>	Мини лекция Методика карта интересов Методика карта склонностей Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) тест-опросник КОС
<p><b>Человеческие возможности при выборе профессии.</b>          Психологический процессе «память», его виды, Профессиограммы с указанием требований к памяти. Психологическом процессе «внимание», его виды. Профессиограммы с указанием требований к вниманию.</p>	Лекция Упражнения на развитие внимания Упражнения на развитие памяти
<p><b>Человек среди людей. Способность к коммуникации.</b>          Умение общаться, умение слушать, высказывать свою точку зрения, аргументировать и отстаивать свою позицию. Для развития самооценки и формирования полного и точного представления о себе как индивидуальности необходимо научиться жить среди других людей, общаться с удовольствием, не избегать, а использовать любую возможность контакта с человеком.</p>	Мини-лекция Упражнение «Невербальный контакт». Упражнение «Пустой стул» Упражнение «Фигуры» Упражнение «Комплимент» Упражнение «Ассоциации»
<p><b>Стратегия выбора профессии.</b>          Активизация самопознания обучающихся, побуждение их к самовоспитанию, саморазвитию, самообразованию. Источники получения информации о профессиях.</p>	Упражнение «Стратегический жизненный анализ». Упражнение «Оперативный жизненный анализ». Упражнение «Тактический жизненный анализ». Упражнение «Письмо самому себе»
<p><b>О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения. О трудностях в выборе будущей профессии.</b>          Профессиональные и жизненные планы, их взаимосвязь и взаимообусловленность. Трудности в выборе профессии. Понятие о профессиональной карьере. Профессиональная деятельность и карьера.</p>	Мини-сочинения Дискуссия Деловая игра «Биржа труда – рынок профессий»

**Календарно – тематическое планирование**

**5 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Мои личные профессиональные планы.	2
2.	Ценностные ориентации. Самооценка и уровень притязаний.	2
3.	Интересы и склонности в выборе профессии.	2
4.	Классификация профессий по Климову.	2
5.	Концепция индивидуальности Голланда.	2
6.	Правила выбора профессии.	2
7.	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	2
8.	Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода.	2
9.	Что такое профессиограмма?	2
10.	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	2
11.	Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»)	2
12.	Как готовить себя к будущей профессии?	2
13.	Быть нужным людям.	2
14.	Профессия, охраняющая общественный порядок.	2
15.	Необычная творческая профессия.	2
16.	Рабочие профессии.	2
17.	Жизненно важная профессия.	2
<b>Итого</b>		<b>34</b>

**6 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Трудом славен человек.	2
2.	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей	2
3.	Человеческие возможности	2
4.	Способности к запоминанию	2
5.	Способность быть внимательным	2
6.	Волевые качества личности	2
7.	«Узнаю, думаю, выбираю»	2
8.	Беседы о конкретных профессиях	2
9.	Классификация профессий	2
10.	Профессия и современность	2
11.	Ошибки при выборе профессии	2
12.	Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать?	2
13.	Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?»	2
14.	Темперамент и выбор профессии	2
15.	Здоровье и выбор профессии	2
16.	Дело твоей жизни	2
17.	Профессиональный тип личности	2
<b>Итого</b>		<b>34</b>

**7 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Мир профессий.	2
2.	Знакомство с профессиограммами.	2
3.	Профессия типа “Человек – техника”. Профессия типа “Человек – природа”. Профессия типа “Человек – знаковая система”. Профессия типа “Человек – художественный образ”. Профессия типа “Человек – человек”.	6
4.	Свойства нервной системы и темперамент.	2
5.	Память.	2
6.	Внимание.	2
7.	Мышление.	2
8.	Эмоциональное состояние личности.	2
9.	Саморегуляция.	2
10.	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	2
11.	Первый шаг на пути к профессии.	2
12.	Современный рынок труда и его требования.	2
13.	Мотивы и основные условия выбора профессии.	2
14.	Что требует профессия от меня?	2
15.	Перспективы профессионального старта.	2
		<b>Итого 34</b>

**8 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Самооценка и уровень притязаний.	2
2.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	2
3.	Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций.	2
4.	Стресс и тревожность.	2
5.	Определение типа мышления.	2
7.	Профессия, специальность, должность.	3
8.	Определение типа будущей профессии.	6
9.	Определение профессионального типа личности.	4
10.	Профессия и здоровье.	2
11.	Уровни профессиональной пригодности.	3
12.	Мои способности.	2
13.	Мотивы и потребности.	2
14.	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях.	2
		<b>Итого 34</b>

**9 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1.	Рынок образовательных услуг и рынок труда в Иркутской области. Образовательная карта учебных заведений региона.	2
2.	Кто Я или что Я думаю о себе	3
3.	Классификация профессий	3
4.	Формула профессии. Анализ профессии	2

<b>5.</b>	Здоровье и выбор профессии	<b>2</b>
<b>6.</b>	Роль темперамента в выборе профессии	<b>2</b>
<b>7.</b>	Характер и моя будущая карьера	<b>3</b>
<b>8.</b>	Я – концепция или «теория самого себя».	<b>3</b>
<b>9.</b>	Ошибки в выборе профессии	<b>2</b>
<b>10.</b>	Интересы и выбор профессии	<b>2</b>
<b>11.</b>	Человеческие возможности при выборе профессии.	<b>2</b>
<b>12.</b>	Человек среди людей. Способность к коммуникации	<b>2</b>
<b>13.</b>	Стратегия выбора профессии	<b>2</b>
<b>14.</b>	О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения. О трудностях в выборе будущей профессии.	<b>4</b>
<b>Итого 34</b>		