

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы»

Рассмотрена на заседании  
методического совета МУДО ЦВР  
Протокол № 10 от 11.05.2023



И.И. Девальд  
23 № 253

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа социально-гуманитарной направленности  
«Мой выбор»

(с изменениями и дополнениями)

Возраст учащихся: 12 - 16 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:  
Давыдова Татьяна Викторовна,  
педагог - организатор

г. Оленегорск  
2023 год

## **Пояснительная записка**

Вопрос профессионального самоопределения - один из самых сложных и ответственных в жизни подростков. Правильное решение поможет им определиться с будущей сферой профессиональной деятельности, а также сориентироваться в перспективности выбора образовательного учреждения. Поэтому очень важно определиться с выбором профессии в раннем возрасте.

**Актуальность, педагогическая целесообразность реализации программы:**

1) профессиональное самоопределение школьников предопределяет не только их собственное благосостояние, но и возможность реализовать свои способности и творческий потенциал в будущем;

2) качественное профессиональное образование позволяет будущему специалисту претендовать на широкий диапазон вакансий, в том числе относящихся к числу престижных и высокооплачиваемых.

3) целенаправленная профориентационная подготовка позволяет подросткам глубже познать и изучить личностные характеристики, диагностировать зоны роста.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа гуманитарной направленности «Мой выбор» (далее - программа) составлена в соответствии с основными нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- НЛА о порядке разработки и реализации ДОП в образовательной организации;

- письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- «Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования» ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование».

Программой предусмотрены экскурсии на предприятия и учреждения города, встречи с представителями разных профессий.

**Цель программы:** оказание эффективной профориентационной поддержки учащимся в процессе выбора сферы будущей профессиональной деятельности посредством формирования представлений о современных универсальных компетенциях.

**Задачи:**

- диагностика профессиональных склонностей учащихся;
- развитие творческих и познавательных способностей подростков,
- разработка индивидуальной профориентационной траектории учащихся.

**Адресат программы** – программа предназначена для учащихся 12-16 лет.

**Уровень программы** - стартовый.

**Форма реализации программы** – очная.

**Срок освоения программы** – программа рассчитана на 1 год (108 часов: теория- 65, практика - 43).

**Режим занятий** – 1 занятия в неделю по 2 академических часа (1 академический час – 45 мин).

**Наполняемость групп** – 10-12 человек.

**Виды учебных занятий:**

- лекция;
- практическое занятие;
- экскурсия.

**Ожидаемые результаты:**

**Предметные.**

По окончании изучения программы, учащиеся будут **знать:**

- основные понятия, цели и задачи профориентации;
- алгоритм поиска работы и применять его на практике;

**иметь:**

- представление о кластерах профессий и производствах;
- представление о возможностях трудоустройства и преимуществах работы в условиях Кольского Заполярья;
- представление о региональном рынке труда и его потребности в кадрах;
- представление об образовательных организациях профессионального и высшего образования Мурманска и области, формах обучения и направлениях подготовки;

**Метапредметные.**

- По окончании изучения программы, учащиеся будут *владеть*:
- ключевыми профориентационными компетенциями;
  - навыками критического мышления, умением анализировать проблемные ситуации, обобщать, аргументировать и прогнозировать их развитие;
  - базовыми коммуникативными навыками, умением эффективно взаимодействовать с окружающими, работать в команде на общий результат;

**Личностные.**

- По окончании изучения программы у учащихся будут сформированы:
- чувство ответственности перед самим собой и обществом;
  - мотивация к профессиональному выбору, устойчивые формы эффективного поведения на рынке труда;
  - бережное отношение к своему здоровью;
  - морально-нравственные качества, общая культура поведения.

**Формы диагностики (аттестации/контроля) результатов**

**Входной контроль:** проводится в форме анкетирования с целью определения первоначального уровня знаний о профессиях, и о том, кем хотят быть. (приложение 1)

**Текущий контроль:** тестирование, анкетирование. (приложение 2)

**Итоговый контроль:** защита индивидуального проекта «Моя будущая профессия».

**Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
	Вводное занятие	1,5	0,5	1	анкетирование
<b>1.</b>	<b>Профессиональное просвещение</b>	<b>6</b>	<b>3,5</b>	<b>2,5</b>	
1.1.	Темперамент и профессия	1,5	1	0,5	Опрос, Наблюдение
1.2	Современные профессии	3	2	1	Наблюдение
1.3	Интерактивная игра "Все работы хороши"	1,5	0,5	1	Наблюдение, опрос
<b>2.</b>	<b>Психодиагностика</b>	<b>25,5</b>	<b>11,5</b>	<b>14</b>	
2.1.	Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы	1,5	0,5	1	Беседа. Интерактивная игра.
2.2	Осведомленность о профессиях.	1,5	1	0,5	Тестирование

	Профессиональные предпочтения				
2.3.	«Успешная формула выбора профессии»	1,5	1	0,5	Наблюдение
2.4.	Внимание и его особенности в профессиональном труде	1,5	1,5	-	Беседа
2.5.	Встреча с представителем Администрации города	1,5	-	1,5	Эссе «Оленегорск-город будущего»
2.6.	Социально – экономические условия современной России	3	2	1	Сочинение «Если бы я был мэром...»
2.7.	Встреча с представителем ПАО «Сбербанк»	1,5	-	1,5	Презентация
2.8.	Основы экономических знаний.	3	2	1	Ролевая игра «Малое предприятие».
2.9.	Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы	1,5	1	0,5	Беседа. Интерактивная игра.
2.10.	Экскурсия на завод АО «ОМЗ»	3	-	3	Опрос
2.11.	Интерактивная игра «Крестики-Нолики»	1,5	-	1,5	Наблюдение
2.12.	Волевые качества личности	3	2	1	Беседа. Анкетирование
2.13.	Успех в жизни. Что значит быть успешным?	1,5	0,5	1	Презентация. Сочинение.
<b>3.</b>	<b>Что я знаю о профессиях</b>	<b>24</b>	<b>3,5</b>	<b>20,5</b>	
3.1.	Экскурсия на производство (ОАО «Олкон» ТУ)	3	-	3	Опрос
3.2.	Учебная игра «Выбор профессии»	1,5	0,5	1	Защита коллективного проекта
3.3.	Викторина «Кем быть?»	1,5	-	1,5	Анкетирование
3.4.	Экскурсия в судебные органы	1,5	-	1,5	Опрос, наблюдение
3.5.	Личность и профессия	1,5	-	1,5	Анкетирование

3.6.	Экскурсия в пожарную часть ПЧ-43	3	-	3	Постер, буклет
3.7.	Классификация профессий	1,5	0,5	1	Беседа. Составление формул
3.8.	Встреча с библиотекарем	1,5	-	1,5	Беседа. Интервью
3.9.	Экскурсия в детскую библиотеку «Морозко»	3	-	3	Опрос
3.10.	Трудовой кодекс. Труд несовершеннолетних	1,5	1	0,5	Ролевая игра «Трудоустройство на лето»
3.11.	Встреча с куратором поискового отряда «Патриоты-наследники победы»	1,5	1,5	-	Беседа
3.12.	Интерактивная игра «Калейдоскоп профессий», «Кем стать?»	3	-	3	Опрос
<b>4.</b>	<b>Кольский Север – край профессионалов</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	
4.1.	Кольский Север	3	1	2	Собеседование, наблюдение
4.2.	Арктические профессии	1,5	1	0,5	Собеседование, наблюдение
4.3.	Экскурсия в музей поискового отряда «Патриоты-наследники победы»	1,5	-	1,5	Опрос. Наблюдение
4.4.	Профориентационная игра «Турнир знатоков профессий»	1,5	0,5	1	Анкетирование
4.5.	Экскурсия на производство (ОАО «Олкон» ДОФ)	3	-	3	Опрос
4.6.	Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы	1,5	0,5	1	Беседа. Интерактивная игра.
<b>5.</b>	<b>Профессиональный навигатор</b>	<b>15</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	
5.1.	Пути получения профессионального	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение

	образования в Мурманской области				
5.2.	Посещение дня открытых дверей в ГАПОУ Мурманской области «Оленегорский горнопромышленный колледж»	3	-	3	Наблюдение
5.3.	Образовательные организации профессионального и высшего образования Мурманской области и их преимущества	1,5	1,5	-	Беседа, наблюдение
5.4.	Экскурсия в библиотеку Открытий	3	-	3	Опрос
5.5.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	1,5	1,5	-	Презентация. Опрос
5.6.	Готовность к выбору профиля, профессии	1,5	1,5	-	Обсуждение. Дискуссия.
5.7.	Экскурсия ВКО "ЦКВ" Вологодское ОКО "Хутор Оленегорский"	3	-	3	Рисунок
<b>6.</b>	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>	<b>24</b>	<b>4,5</b>	<b>19,5</b>	
6.1.	Интересы и склонности	1,5	0,5	1	Опрос, наблюдение
6.2.	Встреча с представителем ОАО «Олкон»	1,5	-	1,5	Презентация
6.3.	Мои способности	1,5	0,5	1	Анкетирование
6.4.	Встреча со специалистом биржи труда	1,5	1	0,5	Презентация. Опрос
6.5.	Человек среди людей	3	-	3	Диагностические процедуры
6.6.	Профессии страховых органов. Встреча с региональным руководителем ООО «Капитал Лайф»	1,5	-	1,5	Наблюдение
6.7.	Экскурсия на производство (ОАО	3	-	3	Опрос

	«Олкон» Литейный цех)				
6.8.	Эмоции и выбор профессии	3	-	3	Анкетирование
6.9.	Профессиональная перспектива.	1,5	0,5	1	Беседа. Составление резюме
6.10.	Собеседование. Правила и нормы поведения	3	2	1	Лекция. Развивающая игра.
6.11.	Повторение	1,5	-	1,5	Индивидуальный проект «Моя будущая профессия»
6.12.	Заключительное занятие	1,5	-	1,5	Анкетирование
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>65</b>	<b>43</b>	

### Содержание учебного плана

#### **Вводное занятие**

**Теория:** Инструктаж по охране труда, правила поведения план работы, знакомство с учащимися, беседа.

**Практика:** Анкета по выявлению интересов учащихся.

#### **Тема 1. Профессиональное просвещение**

**Тема 1.1.** Темперамент и профессия.

**Теория:** Лекция.

**Тема 1.2.** Современные профессии.

**Теория:** Лекция.

**Тема 1.3.** Интерактивная игра "Все работы хороши".

**Практика:** Уточнение знаний о различных профессиях.

#### **Тема 2. Психодиагностика.**

**Тема 2.1.** Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы.

**Практика:** Интерактивная игра.

**Тема 2.2.** Осведомленность о профессиях. Профессиональные предпочтения.

**Практика:** Объективная оценка интересов и способностей личности к той или иной профессии при помощи определенных психодиагностических методик.



**Тема 2.3.** «Успешная формула выбора профессии».

**Практика:** Развитие у учащихся психологической готовности к выбору, профессиональному и личностному самоопределению.

**Тема 2.4.** Внимание и его особенности в профессиональном труде.

**Теория:** Презентация.

**Тема 2.5.** Встреча с представителем Администрации города.

**Практика:** Интервью «Исполнительная и законодательная власть».

**Тема 2.6.** Социально – экономические условия современной России.

**Теория:** Структурная перестройка экономики. Развитие производства и сельского хозяйства. Сфера услуг. Хозяйственный механизм. Экологические проблемы и их решение.

**Практика:** Практическая работа: сочинение «Если бы я был мэром» (интеграция с уроками русского языка «Написание сочинений на заданную тему»).

**Тема 2.7.** Встреча с представителем Банка России (Сбербанк).

**Практика:** Интервью: «Плюсы и минусы работы в банке».

**Тема 2.8.** Основы экономических знаний.

**Теория:** Зачем нужна экономика. Как устроена экономика. Деньги и торговля. Банки и биржи. Творческий труд и интеллектуальная собственность. Предпринимательство. Маркетинг. Менеджмент.

**Практика:** Развивающие процедуры: ролевая игра «Малое предприятие».

**Тема 2.9.** Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы

**Практика:** Интерактивная игра.

**Тема 2.10.** Экскурсия на ОМЗ (завод).

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 2.11.** Интерактивная игра «Крестики-Нолики».

**Практика:** Развитие познавательной активности и стремления к профессиональному самоопределению учащихся.

**Тема 2.12.** Волевые качества личности.

**Практика:** Анкетирование (Опросник «Какая у меня воля?»)

**Тема 2.13.** Успех в жизни. Что значит быть успешным?

**Теория:** Презентация. Беседа.

**Практика:** Сочинение на тему «Успешный я...»

**Тема 3. Что я знаю о профессиях.**

**Тема 3.1.** Экскурсия на производство.

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 3.2.** Учебная игра «Выбор профессии».

**Теория:** Презентация.

**Практика:** Игра. Дать учащимся представление об основах профессионального самоопределения.

**Тема 3.3.** Викторина «Кем быть?»

**Практика:** Систематизировать знания профессий, подвести к социальному жизненному выбору профессии. Коррекция эмоциональной сферы, критичности к себе.

**Тема 3.4.** Экскурсия в судебные органы.

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 3.5.** Личность и профессия.

**Практика:** Продолжение знакомства учащихся друг с другом, повышение групповой сплоченности, изучение личностных особенностей и представлений о будущей профессии участников в игровой форме.

**Тема 3.6.** Экскурсия в пожарную часть.

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 3.7.** Классификация профессий.

**Теория:** Определение интересов в каждой из сфер профессиональной деятельности: «человек – человек», «человек – природа», «человек – техника», «человек – знак», «человек – художественный образ».

**Практика:** Составление формул профессий.

**Тема 3.8.** Встреча с библиотекарем.

**Практика:** Интервью «О жизни библиотеки».

**Тема 3.9.** Экскурсия в библиотеку (Морозко).

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 3.10.** Трудовой кодекс. Труд несовершеннолетних.

**Теория:** Знакомство с Трудовым кодексом РФ.

**Практика:** Развивающие процедуры: ролевая игра «Трудоустройство на лето».

**Тема 3.11.** Встреча с куратором поискового отряда «Патриоты-наследники победы».

**Теория:** Беседа.

**Тема 3.12.** Интерактивная игра «Калейдоскоп профессий».

**Практика:** Знакомство с различными профессиями, развитие живого интереса к многообразному миру профессий с использованием различных методик.

## **Тема 4. Кольский Север – край профессионалов**

**Тема 4.1.** Кольский Север

**Теория:** История освоения Кольского Севера и появление традиционных народных промыслов. Особенности жизни и работы в полярных условиях.

**Практика:** Экскурсия в городской выставочный зал «У Оленьей горы».

**Тема 4.2.** Арктические профессии

**Теория:** Арктические компетенции и профессии, основные промышленные отрасли региона.

**Практика:** Профориентационная игра «Мой город».

**Тема 4.3.** Экскурсия в музей поискового отряда «Патриоты-наследники победы».

**Практика:** Знакомство с предметами музея.

**Тема 4.4.** Профориентационная игра «Турнир знатоков профессий».

**Практика:** Объективная оценка о знании профессий.

**Тема 4.5.** Экскурсия на производство (ОАО «Олкон» ДОФ).

**Практика:** Знакомство с цехом: Выявление общих сведений, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 4.6.** Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы

**Практика:** Интерактивная игра.

## **Тема 5. Профессиональный навигатор**

**Тема 5.1** Пути получения профессионального образования в Мурманской области.

**Теория:** Презентация. Беседа.

**Тема 5.2.** Посещение дня открытых дверей в Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение мурманской области «Оленегорский горнопромышленный колледж».

**Практика:** На днях открытых дверей можно узнать, насколько будет актуальна твоя профессия в будущем, куда можно будет трудоустроиться, в каких сферах деятельности ты сможешь работать. Дополнительно ты сможешь узнать о том, как будет проходить приемная кампания, какие документы потребуются при поступлении.

**Тема 5.3.** Образовательные организации профессионального и высшего образования Мурманской области и их преимущества

**Теория:** Беседа

**Тема 5.4.** Экскурсия в библиотеку Открытий (Бардина, 25)

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 5.5.** Современный рынок труда и его требования к профессионалу.

**Теория:** Анализ профессий. Формула профессии. Классификационные признаки – предмет труда, цель труда, орудия труда, условия труда. Банки данных рабочей силы (спрос и предложение). Занятость населения и безработица.

**Тема 5.6.** Готовность к выбору профиля, профессии.

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

**Практика:** Обсуждение результатов диагностических тестов, дискуссия «Риски предстоящего выбора».

**Тема 5.7.** Экскурсия ВКО "ЦКВ" Вологодское ОКО "Хутор Оленегорский.

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

## **Тема 6. Способности и профессиональная пригодность.**

**Тема 6.1.** Интересы и склонности.

**Теория:** Презентация.

**Практика:** Изучить профессиональные интересы и склонности учащихся.

**Тема 6.2.** Встреча с представителем АО «Олкон».

**Практика:** Интервью «Кейс-профессии».

**Тема 6.3.** Мои способности.

**Теория:** Лекция.

**Практика:** Способствовать формированию представления о собственных способностях и возможностях детей.

**Тема 6.4.** Встреча со специалистом биржи труда

**Теория:** История создания службы занятости населения. Основные направления работы и профессионально-квалификационные требования, предъявляемые к специалистам службы.

**Практика:** Познавательный видеоролик «Кем стать?».

**Тема 6.5.** Человек среди людей.

**Практика:** Личность и межличностные отношения в группах. Лидерство. Совместная деятельность в трудовом коллективе. Опросники «Потребность в общении», «Диагностика межличностных отношений», «Эмпатия».

**Тема 6.6.** Встреча с региональным руководителем компании «Капитал Лайф».

**Практика:** Общие сведения о деятельности страховых компаний. Знакомство со структурой, основными направлениями, обязанностями специалистов.

**Тема 6.7.** Экскурсия на производство (ОАО «Олкон» Литейный цех).

**Практика:** Знакомство с учреждением: Выявление общих сведений об учреждении, о его структуре, основных направлениях деятельности, о составе специалистов, их обязанностях.

**Тема 6.8.** Эмоции и выбор.

**Практика:** Способствовать формированию представлений о собственных эмоциях, и профессиях которые вызывают положительные эмоции.

**Тема 6.9.** Профессиональная перспектива.

**Теория:** Понятие о профессиональной пригодности. Методы изучения способностей. Развитие способностей. Призвание. Целеустремленность. Правила составления резюме.

**Практика:** Составление резюме.

**Тема 6.10.** Собеседование. Правила и нормы поведения.

**Теория:** Подготовка к собеседованию: речь, одежда (дресс-код), этикет.

**Практика:** Развивающие процедуры: игра «Руководитель» (демократичный, авторитарный).

**Тема 6.11.** Повторение.

**Практика:** Защита индивидуального проекта «Моя будущая профессия».

**6.12. Заключительное занятие.**

**Практика:** Подведение итогов. Анкетирование.

**Материально-техническое обеспечение:**

- компьютер – 1;
- проектор – 1;
- доска маркерная – 1.

**Список приложений**

1. Вводная диагностика. (Приложение 1)
2. Оценочные материалы. (Приложение 2)
3. Календарно-учебный график. (Приложение 3)

**Список литературы для педагога**

1. **Бельтюкова С. Л.** Реализация мероприятий подпрограммы «Проба профессий»: (в рамках Программы развития школы на 2019–2021 годы в МАОУ «Холмогорская средняя школа имени М.В. Ломоносова») / С. Л. Бельтюкова // Сев. Двина: сетевой информационно-методический журнал. — 2020. — № 6. — С. 68-72.
2. **Мельникова М. А.** Организация и проведение профориентационной работы / М. А. Мельникова, А. А. Васильев // Среднее проф. образование. — 2021. — № 12. — С. 37-39.
3. **Мендаева, Д.** Как помочь школьникам узнать о профессиях. Конспект занятия / Д. Мендаева // Упр. нач. шк. — 2021. — № 3. — С. 40-47.

4. **Сергеев И. С.** Прогноз развития системы профессиональной ориентации в условиях цифровой трансформации / И. С. Сергеев, Д. А. Махотин, В. Н. Пронькин, Н. Ф. Родичев // Педагогика. — 2021. — № 7. — С. 5-19.
5. «Закон о занятости населения». М.: МП «Новая школа», 1992.
6. «Закон об образовании». М.: Про-Пресс, 2004.
7. **В.Д.Симоненко. М.: Вентана-Граф** Основы технологической культуры. Учебник для 10-11-х классов., 2007.
8. **Пряжников, Н.С.** Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - Москва: Вако, 2005.
9. **Пряжникова, Е.Ю., Пряжников, Н.С.** Профориентация: учебное пособие для вузов. М.: Академия, 2006.
10. **С.Н.Чистяковой. М.: Технология.** Профессиональный успех. Учебник для 10-11 классов под ред. Просвещение, 2007.
11. **В.Д.Симоненко. М.: Вентана-Граф** Технология. Учебник для 10-х кл. под ред., 2007.

#### Список литературы для учащихся

1. **Беспалова Е. А.** «ЕВРАЗ — класс» — энергия будущего»: (модель профессионального самоопределения старшеклассников в условиях сетевого взаимодействия) / Е. А. Беспалова // Управление современной школой. Завуч. — 2021. — № 7. — С. 49-69.
2. **Заикина, К.** Все профессии важны, все профессии нужны: к выбору своей будущей профессии ребенка нужно готовить, начиная уже с дошкольного возраста / К. Заикина, Т. Шаменова // Беспризорник. — 2021. — № 2. — С. 14-18.
3. **Соловьева, Д.** Профориентация: как наверстать упущенное с помощью интернет — сервисов / Д. Соловьева // Справ. клас. рук. — 2021. — № 3. — С. 66-73.
4. **Афанасьева, Н.В.** Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор» / под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2007.
5. **Заиченко, Н.А.** Опорный конспект школьника по экономике. М.: Вита-пресс, 2006.
- 6.
7. **Климов, Е.А.** Как выбирать профессию? //Библиография.- М., 2005, №6
- 8.
9. **Климов, Е.А.** Психология профессионального самоопределения. М.: Academia, 2007.
- 10.
11. **Климов, Е.А.** Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д: Феникс, 1996.
- 12.

## Интернет- ресурсы

1. [Электронный ресурс] //Режим доступа: <https://proforientatsia.ru/career-guidance/proforientatsiya-v-shkole/> (Дата обращения: 25.01.2023)
2. Электронный музей профессий ПрофВыбор.ру [Электронный ресурс] //Режим доступа: <http://www.profvibor.ru/> (Дата обращения: 25.01.2023).
3. Образовательный и научно-исследовательский проект «Навигатум» [Электронный ресурс] //Режим доступа: <https://navigatum.ru/metodika/> (Дата обращения: 25.01.2023)

Программу составила  
педагог ДО МУДО ЦВР

Т. В. Давыдова



Вводная диагностика

Анкета по выявлению интересов учащихся

**Инструкция:**

Необходимо ответить на все вопросы прилагаемой далее анкеты, не пропуская ни одного. Если Вам **нравится** заниматься тем, о чем говорится в вопросе, то в клеточке на листе ответов, обозначенной тем же номером, что и вопрос анкеты, нужно поставить, один плюс (+); если не нравится – ноль (0).

Подсчитав по каждой колонке (по вертикали) сумму плюсов, вы можете выяснить область, в которой расположены ваши интересы (там, где будет получено максимальное число плюсов):

- I- физика,
- II- математика,
- III - экономика и бизнес,
- IV - техника и электротехника,
- V - химия,
- VI - биология и сельское хозяйство,
- VII - медицина,
- VIII - география и геология,
- IX - история,
- X - филология, журналистика,
- XI - искусство,
- XII - педагогика,
- XIII - труд в сфере обслуживания,
- XIV - военное дело,
- XV - спорт.

Степень активности интересов определите по количеству плюсов в горизонтальных колонках анкеты. Если их количество максимально в 1-2-х колонках, значит, у вас есть желание ознакомиться с той или иной областью знаний, деятельности. Если в 3-4-х колонках - у вас есть стремление к более глубокому изучению, познанию предмета интересов. Максимальное количество плюсов в 5-6-х колонках - вы приступили к активным практическим занятиям в данной области, интересы переросли в склонности.

Лист ответов

I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45

46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90

• **Анкета по изучению профессиональной направленности**

*Любите ли вы? Нравится ли вам?*

1. Читать книги типа “Занимательная физика”, “Физики шутят”.
2. Читать книги типа “Занимательная математика”, “Математические досуги”.
3. Интересоваться вопросами экономической географии, сообщениями в печати об экономических показателях работы предприятия, развития отраслей хозяйства.
4. Читать журналы “Юный техник”, “Техника молодежи”, знакомиться с достижениями в области техники, радиоэлектроники по публикациям в научно-популярных журналах.
5. Читать об открытиях в химии, о жизни и деятельности выдающихся химиков.
6. Читать о жизни растений и животных.
7. Читать о том, как люди научились бороться с болезнями, о врачах, о достижениях в области медицины.
8. Знакомиться с различными странами по описаниям и географическим картам.
9. Читать книги об исторических личностях и событиях.
10. Читать произведения классиков мировой литературы.
11. Интересоваться историей развития искусства, слушать оперную, симфоническую, джазовую музыку.
12. Читать книги о жизни школы (о работе воспитателя, учителя, пионервожатого).
13. Интересоваться искусством кулинарии, моделирования одежды, конструирования мебели.
14. Читать книги о войнах и сражениях.
15. Читать спортивные газеты, журналы, книги о спорте и выдающихся спортсменах.
16. Интересоваться научно-популярной литературой о физических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся физиков.
17. Читать научно-популярную литературу о математических открытиях, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
18. Изучать вопросы промышленности, сельского хозяйства, других отраслей хозяйства, узнавать о достижениях в области планирования и учета на предприятии.
19. Посещать технические выставки или слушать (смотреть) передачи о новинках техники.

20. Находить химические явления в природе, проводить опыты по химии, следить за ходом химических реакций.
21. Изучать ботанику, зоологию, биологию.
22. Знакомиться с особенностями строения и функционирования человеческого организма.
23. Узнавать об исследованиях новых месторождений полезных ископаемых.
24. Обсуждать текущие политические события в России и за рубежом.
25. Читать литературно-критические статьи.
26. Обсуждать кинофильмы, театральные постановки, художественные выставки.
  
27. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков, узнавать, как можно помочь кому-нибудь из друзей, одноклассников, младших исправить свое поведение.
28. Заботиться об уюте в доме, в классе, школе приводить в порядок свое помещение.
29. Знакомиться с военной техникой.
30. Ходить на матчи и спортивные состязания.
31. Проводить опыты по физике.
32. Решать математические задачи.
33. Точно вести расчеты своих денежных доходов и расходов, знать бюджет семьи.
34. Читать технические чертежи и схемы. Разбираться в схемах радиоаппаратуры и др.
35. Готовить растворы, взвешивать реактивы.
36. Работать в саду, на огороде, ухаживать за растениями и животными.
37. Изучать причины возникновения разных болезней.
38. Собирать коллекцию минералов.
39. Изучать историю возникновения народов и государств.
40. Изучать иностранные языки.
41. Декламировать, петь, выступать на сцене.
42. Читать книги малышам, рассказывать сказки, помогать им.
43. Шить, вязать, вышивать, готовить пищу, изготавливать, совершенствовать или ремонтировать домашние бытовые приборы и устройства, мебель и т.п.
44. Принимать участие в военизированных походах.
45. Играть в спортивные игры.
46. Заниматься в физическом кружке.
47. Заниматься в математическом кружке.
48. Интересоваться стоимостью товаров, пытаться понять вопросы ценообразования, заработной платы, организации труда.
49. Собирать и ремонтировать разные механизмы, исправлять электроприборы и повреждения в электросети.
50. Заниматься в химическом кружке (изучать факультатив по химии).
51. Заниматься в биологическом кружке.

52. Знакомиться с работой медсестры и врача.
53. Составлять геологические и географические карты.
54. Посещать исторические музеи, знакомиться с памятниками культуры, участвовать в археологических экспедициях.
55. Письменно излагать свои мысли, наблюдения, вести дневник.
56. Заниматься в драматическом кружке.
57. Объяснять товарищам, как выполнять учебные задания, если они испытывают в них затруднения.
58. Оказывать людям различные услуги (починить обувь, сделать фотографию, помочь красиво уложить волосы и т.п.).
59. Участвовать в военных играх и походах.
60. Принимать участие в спортивных соревнованиях.
61. Участвовать в физических олимпиадах.
62. Участвовать в математических конкурсах, олимпиадах.
63. Посещать “Школу бизнеса”, “Школу прикладной экономики”, кружки “Юный менеджер”, “Юный предприниматель” и др.
64. Изготавливать модели самолетов, планеров, кораблей, собирать радиоприборы или какие-либо другие конструкции.
65. Участвовать в химических олимпиадах.
66. Участвовать в биологических олимпиадах.
67. Ухаживать за больными.
68. Помогать старшим или самим производить топографическую съемку местности.
69. Выступить с сообщениями по истории, заниматься в историческом (или археологическом) кружке.
70. Заниматься в литературном или лингвистическом кружке.
71. Играть на музыкальных инструментах, рисовать, резать по дереву.
72. Заниматься с младшими школьниками.
73. Постоянно общаться со многими и разными людьми.
74. Быть организатором (командиром) в играх и походах.
75. Заниматься в спортивной секции.
76. Выступить с докладами о новых физических открытиях, организовывать конкурсы КВН по физике.
77. Организовывать математические конкурсы.
78. Принимать участие в конкурсах юных экономистов.
79. Заниматься в кружке технического творчества.
80. Принимать участие, помогать старшим в организации вечера типа “Химия вокруг нас”.
81. Проводить опытническую работу по биологии.
82. Заниматься в кружке санитаров.
83. Участвовать в географических или геологических экспедициях.
84. Принимать участие в организации походов по родному краю.
85. Писать сценарии к литературному вечеру
86. Посещать театры, музеи, выставки.

87. Заниматься с младшими братьями и сестрами.  
 88. Дарить подарки, сделанные своими руками.  
 89. Изучать военное дело.  
 90. Тренировать младших в секциях, спортивных командах.

*По результатам практической работы:*

- а) назовите область своих интересов;  
 б) запишите, какие профессии относятся к этой области;  
 в) выясните, где можно получить образование по вышеназванным профессиям и специальностям в вашей республике.

**Индивидуальный лист ответов** \_\_\_\_\_ **(Ф.И)**

нравится - +

затрудняюсь ответить/ не нравится – 0

<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>	<b>IV</b>	<b>V</b>	<b>VI</b>	<b>VII</b>	<b>VIII</b>	<b>IX</b>	<b>X</b>	<b>XI</b>	<b>XII</b>	<b>XIII</b>	<b>XIV</b>	<b>XV</b>
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75
76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90

Подсчитав по каждой колонке (по вертикали) сумму плюсов, вы можете выяснить область, в которой расположены ваши интересы (там, где будет получено максимальное число плюсов).

### Оценочные материалы.

Специфика учебного материала и методика его преподавания требуют особых форм оценивания результатов работы учащихся. Предлагается система анкетирования. Возможными критериями оценивания могут быть:

- точность определения понятий, сформированная «понятийная» компетентность в рамках изучаемой тематики;
- полнота ответов (к примеру, заполнение аналитических таблиц);
- умение аргументировать свою точку зрения во время дискуссии;
- овладение навыками рефлексии, самоанализа;
- активная позиция во время занятий,
- проектировать свою профессиональную карьеру.

**Итоговый контроль: защита индивидуального проекта «Моя будущая профессия». Критерии оценки индивидуального проекта:**

«Высокий» уровень:

– работа имеет практический характер, характеризуется логичным, последовательным изложением материала с соответствующими выводами и обоснованными предложениями;

– при защите работы учащийся показывает достаточно глубокие знания вопросов темы, свободно оперирует информацией, во время выступления использует наглядные пособия (таблицы, схемы, графики, электронные презентации и т.д.) или раздаточный материал, легко отвечает на поставленные вопросы.

«Средний» уровень:

– работа имеет практическую направленность, содержит последовательно изложенный материал, но с не вполне обоснованными выводами;

– оперирует данными исследования, во время выступления использует наглядные пособия (таблицы, схемы, графики), с затруднениями отвечает на поставленные вопросы.

«Низкий» уровень:

– работа базируется на практическом материале, но отличается поверхностным содержанием, в ней просматривается непоследовательность изложения материала;

– при защите учащийся проявляет неуверенность, показывает слабое знание вопросов темы, не дает полного, аргументированного ответа на заданные вопросы.

### Подведение итогов. Анкета для самоанализа.

1. Я мечтаю ...
2. Больше всего мне нравится ...

3. Лучше всего у меня получается ...
4. Я хочу научиться ...
5. Мне поможет найти любимое дело ...
6. В моей будущей работе для меня важно ...
7. После обучения я вижу себя ...
8. А через 10 лет ...
9. Мне всегда важно помнить ...
10. Себе взрослому я желаю ...

Календарный учебный график к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе социально-гуманитарной направленности «МОЙ ВЫБОР» (стартовый уровень освоения)

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема	Место	
1.		по расписанию	Вводное	1,5	Что такое профессия?	Бардина, 52 каб.	диагностика, анкетирование
<b>1. Профессиональное просвещение – 6 ч</b>							
2.		по расписанию	Лекция	1,5	1.1.Темперамент и профессия	Бардина, 52, каб.	Наблюдение
3.		по расписанию	Лекция	3	1.2.Современные профессии	Бардина, 52, каб.	Наблюдение
4.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	1.3.Интерактивнаяигра «Все работы хороши»	Бардина, 52, каб.	Наблюдение
<b>2. Психодиагностика – 26 ч</b>							
5.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.1. Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы	Бардина, 52, каб.	Интерактивная игра
6.		по расписанию	Самостоятельная работа	1,5	2.2.Осведомленность о профессиях. Профессиональные предпочтения	Бардина, 52, каб.	Тестирование
7.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.3. «Успешная формула выбора профессии»	Бардина, 52 каб.	Наблюдение
8.				1,5	2.4. Внимание и его	Бардина, 52	Беседа



					особенности в профессиональном труде	каб.	
9.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.5. Встреча с представителем Администрации города	Бардина, 52 каб.	Эссе «Оленегорск – город будущего»
10.		по расписанию	Практическое занятие	3	2.6. Социально-экономические условия современной России	Бардина, 52 каб.	Сочинение «Если бы я был мэром»
11.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.7. Встреча с сотрудником ПАО «Сбербанк»	Бардина, 52 каб.	Презентация
12.		по расписанию	Практическое занятие	3	2.8. Основы экономических знаний	Бардина, 52 каб.	Ролевая игра «Малое предприятие»
13.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.9. Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы	Бардина, 52 каб.	Интерактивная игра
14.		по расписанию	Практическое занятие	3	2.10. Экскурсия на завод АО «ОМЗ»		Опрос
15.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.11. интерактивная игра «Крестики-Нолики»	Бардина, 52 каб.	Наблюдение
16.		по расписанию	Практическое занятие	3	2.12. Волевые качества личности	Бардина, 52 каб.	Анкетирование
17.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	2.13. Успех в жизни. Что значит быть успешным?	Бардина, 52 каб.	Сочинение
<b>3. Что я знаю о профессиях – 24 ч.</b>							
18.		по	Экскурсия	3	3.1. Профессии в горной	Промплощадка	Опрос

		расписанию			промышленности	ОАО «Олкон»	
19.		по расписанию	Лекция, Практическое занятие	1,5	3.2. Учебная игра «Выбор профессии»	Бардина, 52 каб.	Защита коллективного проект
20.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	3.3. Викторина «Кем быть?»	Бардина, 52, каб.	Анкетирование
21.		по расписанию	Экскурсия	1,52	3.4. Профессии судебных органов	Нагорная, 6	Опрос, наблюдение
22.		по расписанию	Групповая игра на сплоченность	1,5	3.5. Личность и профессия	Бардина, 52, каб.	Беседа
23.		по расписанию	Экскурсия	3	3.6. Профессии спасателей (Пожарная часть № 43)	Бардина, 15	Постер, буклет
24.		по расписанию	Беседа	1,5	3.7. Классификация профессий	Бардина, 52, каб.	Составление формул
25.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	3.8. Встреча с библиотекарем	Бардина, 52, каб.	Интервью
26.		по расписанию	Практическое занятие	3	3.9. Экскурсия в детскую библиотеку» «Морозко»	Ленинградский пр-т, 7	Опрос
27.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	3.10. Трудовой кодекс. Труд несовершеннолетних	Бардина, 52, каб.	Ролевая игра «Трудоустройство на лето»
28.		по расписанию	Беседа	1,5	3.11. Встреча с куратором поискового отряда «Патриоты-наследники победы»	Бардина, 52, каб.	Беседа
29.		по расписанию	Практическое занятие	3	Интерактивные игры «Калейдоскоп профессий», «Кем стать?»	Бардина, 52, каб.	Опрос

<b>4. Кольский Север- край профессионалов-12 ч.</b>							
30.		по расписанию	Лекция	3	4.1.Кольский Север	Бардина, 52, каб.	Беседа. Наблюдение
31.		по расписанию	Лекция	1,5	4.2.Арктические профессии	Бардина, 52, каб.	Беседа. Наблюдение
32.		по расписанию	Практическое занятие	3	4.3.Экскурсия в музей поискового отряда «Патриоты- наследники победы»	Мира,38	Опорос
33.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	4.4.Профориентационная игра «Турнир знатоков профессий»	Бардина, 52, каб.	Анкетирование
34.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	4.5.Экскурсия на производство (ОАО «Олкон» ДОФ)	Промплощадка ОАО «Олкон»	Опрос
35.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	4.6. Встреча с заместителем руководителя муниципальной психологической службы	Бардина, 52, каб.	Беседа.
<b>5. Профессиональный навигатор – 15 ч.</b>							
36.		по расписанию	Лекция	1,5	5.1.Пути получения профессионального образования в Мурманской области	Бардина, 52, каб.	Наблюдение
37.		по расписанию	Практическое занятие	3	5.2. Посещение дня открытых дверей в Государственное автономное	Строительная, 65	Наблюдение

					профессиональное образовательное учреждение Мурманской области «Оленегорский горнопромышленный колледж»		
38.		по расписанию	Лекция	1,5	5.3. Образовательные организации профессионального и высшего образования Мурманской области и их преимущества	Бардина, 52, каб.	Беседа. Наблюдение
39.		по расписанию	Практическое занятие	3	5.4. Экскурсия в библиотеку Открытий	Бардина, 25	Опрос
40.		по расписанию	Беседа	1,5	5.5. Современный рынок труда и его требования к профессионалу	Бардина, 52, каб.	Презентация
41.		по расписанию	Беседа	1,5	5.6.Готовность к выбору профиля, профессии	Бардина, 52, каб.	Дискуссия
42.		по расписанию	Практическое занятие	3	5.7. Экскурсия ВКО "ЦКВ" Вологодское ОКО "Хутор Оленегорский"	Бардина, 52, каб.	Рисунок
<b>6. Способности и профессиональная пригодность – 24 ч</b>							
43.		по расписанию	Самостоятельная работа	1,5	6.1.Интересы и склонности	Бардина, 52,каб.	Тестирование
44.		по расписанию	Беседа	1,5	6.2.Встреча с представителем ОАО «Олкон»	Бардина, 52, каб.	Презентация
45.		по	Практическое	1,5	6.3.Мои способности	Бардина, 52,	Анкетирование

		расписанию	занятие			каб.	
46.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	6.4.Встреча со специалистом биржи труда	Бардина, 52, каб.	Презентация
47.		по расписанию	Практическое занятие	3	6.5.Человек среди людей	Бардина, 52, каб.	Диагностические процедуры
48.		по расписанию	Беседа	1,5	6.6. Профессии страховых органов	Бардина, 52, каб	Наблюдение
49.		по расписанию	Экскурсия	3	6.7. Экскурсия на производство (ОАО «Олкон» Литейный цех)	ОАО «Олкон» Литейный цех	Опрос
50.		по расписанию	Лекция	3	6.8.Эмоции и выбор профессия	Бардина, 52, каб.	Анкетирование
51.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	6.9. Профессиональная перспектива	Бардина, 52, каб.	Составление резюме
52.		по расписанию	Лекция	3	6.10. Собеседование. Правила и нормы поведения	Бардина, 52, каб.	Развивающая игра
53.		по расписанию	Практическое занятие	1,5	6.11. Повторение	Бардина, 52, каб	Проект «Моя будущая профессия»
54.		по расписанию	Заключительное занятие	1,5	Подведение итогов.	Бардина, 52, каб	Анкетирование
			<b>Итого:</b>	<b>108</b>			

Расписание занятий: четверг 16:00 – 17:45