

Надежда  
Кострикина

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"  
г. Мичуринска Тамбовской области**

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.



Утверждена  
Приказ № 111 от «1» сентября 2022 г.  
Директор школы  
Н.И. Кострикина

**Программа внеурочной деятельности  
кружка  
«Кем я хочу быть»  
на 2022-2023 учебный год**

Направление: социально-педагогическое.  
Возраст: 14-18 лет (обучающихся 9 класса)  
Срок реализации программы 1 год  
Составитель: педагог-психолог  
Авдеева Светлана Александровна

## Содержание

Пояснительная записка .....	3
Содержание программы .....	7
Учебно-тематический план .....	9
Календарно-тематический план .....	10
Учебно-методическое обеспечение .....	11
Материально-техническое обеспечение .....	12
Интернет-ресурсы .....	12

## Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе психолого – педагогической поддержки профессионального самоопределения обучающихся «Проблемы выбора», разработанной Е. Казаровой и опубликованной в журнале «Школьный психолог» № 2, 2007 г. и написана на основе следующих документов:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;

2. Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”;

3. Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

4. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) на 2020-2025гг, утвержденной приказом директора № 46 от 21.05.2020;

5. Учебного плана МБОУ «Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» г. Мичуринска на 2021-2022 учебный год, утвержденного директором школы, приказ № 53 от 31.05.2021 г.

Выбор профессии происходит не мгновенно, а в течение длительного периода времени. Поэтому важно начинать проводить работу, направленную на профессиональное самоопределение, уже в подростковом возрасте.

**Цель:** создание условия для осознанного профессионального самоопределения обучающихся в соответствии со способностями, склонностями, личностными особенностями и потребностями региона в кадрах.

**Задачи:**

- обобщить у обучающихся знания о сферах трудовой деятельности, профессиях;
- сформировать знания и умения объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств и соотносить их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку;

- развивать представление о народном хозяйстве и потребности в трудовой деятельности, самовоспитания, саморазвитии и самореализации;
- воспитать уважение к рабочему человеку.

В настоящее время возникает проблема в выборе профессии. В силу личностных особенностей, выпускникам МБОУ «Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» очень сложно ориентироваться в условиях современного рынка труда, поэтому встает вопрос об актуальности этой проблемы.

Некоторая часть выпускников идут на производство, выполняя там тяжелые неквалифицированные виды труда, но значительная доля выпускников завершают профессиональное образование в специальных группах ПТУ. Однако, тем не менее, и те, и другие испытывают затруднения в последующем трудоустройстве, которые обуславливаются рядом факторов:

- психологической неготовностью к моменту перехода от обучения к сфере профессионального труда;
- отсутствием ясной жизненной перспективы, одной из причин которого является чувство социальной незащищенности;
- неадекватной самооценкой и недостаточно сформированной способностью оценки своих возможностей и способностей при определении профиля и содержания профессии;
- неспособностью адекватно учитывать влияние производственного микроклимата на человека и неготовностью к преодолению определенных профессиональных трудностей и другие.

Таким образом, существует ряд серьезных проблем, нерешенность которых препятствует профессиональной интеграции в общество лиц с интеллектуальным недоразвитием.

Очевидно, что в решении этой проблемы существенную роль может сыграть система организационно-методических и практических мероприятий по профессиональной ориентации, профотбору, профессиональному самоопределению обучающихся школы, ставящая целью не только предоставление информации о мире профессий и дающая основу профессиональной ориентации, но и способствующая личностному развитию учеников, формированию у них способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями профессии.

Поэтому профориентационная работа в МБОУ «Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» нацелена на актуализацию профессионального самоопределения обучающихся.

Важность правильного выбора профессии обусловлена рядом психологических причин. По существу, каждый человек нуждается в оценке и признании окружающих, ищет одобрения, любви и независимости. Одним из

способов достижения этого является выбор такой профессии, которая выделяла бы его в глазах окружающих и принесла бы ему эмоциональное удовлетворение. Отождествление с профессией позволяет человеку найти себя, способствует его самореализации и самовыражению. Стремление достичь большого успеха в профессиональной деятельности является следствием высокого уровня самооценки и способствует утверждению чувства собственного достоинства.

От того, насколько велик успех подростка в его собственных глазах и в глазах окружающих, зависит степень его удовлетворенности собой. По мнению ученых, переходный период между подростковым и юношеским возрастом приходится на 14-16 лет. К концу этого периода подростки в большинстве своем должны определиться с выбором профессии.

Основная задача профориентации – подготовить обучающихся к сознательному профессиональному самоопределению. Одним из важнейших условий, помогающих достичь этой цели, является раскрытие тех психологических и психофизиологических особенностей личности школьника, которые существенны для его будущей профессиональной деятельности. Именно здесь и важна роль системы профессиональных консультаций педагога – психолога.

Выбор профессии происходит не мгновенно, а в течение длительного периода времени. Поэтому важно начинать проводить работу, направленную на профессиональное самоопределение, уже в подростковом возрасте.

### ***Предмет исследования:***

- Профессиональное самоопределение учащихся 9 класса ***Объект исследования:***
- Профессиональные предпочтения учащихся 9 класса, их адекватность в соответствии со своими возможностями.

### ***Гипотеза:***

- Учащиеся школы испытывают затруднения в последующем трудоустройстве из-за недостаточности сформированной способности к профессиональному и личностному самоопределению в соответствии со своими реальными возможностями.

### ***Цель программы:***

- ❖ Изучение особенностей профессиональных предпочтений подростков 7, 8, 9 классов
- ❖ Развитие у обучающихся представлений о мире профессий, воспитание у обучающихся уважения к физическому и умственному труду, к разным профессиям;
- ❖ Формирование способности к самоориентации, адекватности выбора профессии в соответствии со своими интересами, склонностями, физиологическими возможностями.

**Задачи:**

- ✓ обобщить у обучающихся знания о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере;
- ✓ сформировать знания и умения объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств и соотносить их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку;
- ✓ развивать представление о народном хозяйстве и потребности в трудовой деятельности, самовоспитания, саморазвитии и самореализации;
- ✓ воспитать уважение к рабочему человеку.

**Обучающиеся должны знать:**

- ✓ уровень развития своих профессионально важных качеств; сферы трудовой деятельности; правила выбора профессии; карьеры;
- ✓ значение правильного самоопределения для личности и общества; возможности человека в развитии различных профессионально важных качеств.

**Обучающиеся должны уметь:**

- ✓ осуществлять самоанализ развития своей личности;
- ✓ проводить профессиографический анализ профессий и соотносить требования профессий к человеку с его личными достижениями.

**Контроль знаний и умений.**

- ✓ Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения обучающимися практических заданий.
- ✓ Итоговый контроль реализуется в форме защиты итоговых проектов.

***Методы:***

- ✓ Анализ психолого - педагогической литературы, СМИ и исследований по проблеме профориентации.
- ✓ Подбор и использование диагностического комплекса по выявлению профессиональных предпочтений у обучающихся 7, 8, 9 классов.
- ✓ Совместное консультирование с администрацией, педагогами, классным руководителем школы по проблеме профориентации обучающихся 7, 8, 9 классов.

**Примечание:** данная программа является дополнением к дополнительному профессиональному и последующему, профессиональному периодам, осуществляемыми в школе посредством всей системы трудового обучения и трудового воспитания обучающихся щзш(общественно полезный,

производительный труд, познавательная, ценностно-ориентационная, коммуникативная и другие виды деятельности).

## *Содержание программы*

### *Этапы программы по профориентации:*

1. Диагностический
2. Профпросветительский (профинформационный)
3. Профконсультационный
4. Постконсультационная диагностика

Заключительный этап: подведение результатов работы по профориентации. Занятия проводятся один раз в неделю.

### *I этап: «Диагностика обучающихся»*

**Первый этап профессиональной ориентации** – подготовительный, определение трудового прогноза, на основании результатов клинических, функциональных и психологических исследований детей с ограниченными возможностями.

*Это направление реализуется в двух планах:*

- самопознание, исследование школьником своих качеств в контексте определенной профессии (или группы профессий);
- оценка своих возможностей, определение степени выраженности тех или иных профессионально важных качеств и прочих ресурсов, обуславливающих профессиональный выбор.

При этом результаты клинико-функционального обследования позволяют выделить объективные параметры функционально допустимых (доступных) нагрузок на жизнеобеспечивающие системы организма, которые могут возникнуть в процессах будущей трудовой деятельности, и определения соответствующего перечня показаний и противопоказаний к различным видам профессиональной деятельности.

В целом в итоге завершения первого этапа профориентации необходимо:

- определить максимально полный круг объективно показанных ребенку видов профессиональной деятельности;
- из этого круга профессий выделить те, которые в наибольшей мере соответствуют его склонностям, интересам и установкам;

- определить степень соответствия объективно показанных и субъективно приемлемых видов профессиональной деятельности;
- оценить социальные, социально-экономические факторы, препятствующие (или способствующие) овладению ребенком показанных видов профессиональной деятельности;
- сформулировать профессиональные рекомендации, оценить адекватность профессиональных планов ребенка в целом, а также реальные возможности осуществления этих планов.

### **Применяемые методики:**

1. Схема «Хочу – Могу – Надо», направленная на изучение уровня притязаний и самооценки учащихся.  
Выполнение методики проводилось в три этапа. На первом этапе, при выявлении интереса к профессии, учащимся было предложено в первом столбце написать название той профессии, кем они хотят стать в будущем. Во втором столбце следовало отметить, чему дети хотят научиться, при этом, если в списке не было нужных умений, то можно было дописать внизу. В третьем столбике предлагалось отметить название специальностей, по которым ученик мог бы работать. В этом столбике предлагались только доступные для учащихся специальности, но, как и во втором столбике, можно было дописать внизу свой вариант.
2. «Матрица выбора профессии» В. Г. Резапкина
3. Тест Айзенка по типу темперамента

### **II этап: «Информационно-просветительское направление»**

**Цель этого направления** – создать у обучающихся максимально четкий и конкретный образ основных типов профессий. Это поможет в будущем сделать наиболее осознанный и осмысленный выбор.

### **III этап «Консультационное направление»**

Подразумевает содействие выбору оптанта (человека, стоящего перед необходимостью профессионального выбора). Это содействие основывается на учете мотивов человека, его интересов, склонностей, личностных проблем или особенностей мировоззрения. Оно может включать в себя диагностический или информационный аспект, но может и не включать.

### **IV этап Обучающее (или формирующее) направление.**

В русле этого направления оптанта воспринимается как носитель определенных компетенций, к числу которых относятся и следующие умения:

- умение анализировать мир профессий;
- умение анализировать свои возможности и ограничения в ситуации профессионального выбора;

#### Учебно-тематический план

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов
1	Диагностика обучающихся	12
2	Информационно-просветительская работа	5
3	Консультационная работа	8
4	Профессии, специальности. Их классификации по отраслям, предметам, целям, средствам и условиям труда	7
Всего		32

### Календарно-тематический план для 9 класса

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	По плану	По факту
1	Диагностическое. На пороге взрослой жизни	1	8.09	
2	Опросник профессиональных предпочтений»	1	15.09	
3	Диагностика свойств эмоциональной и волевой сфер.	1	22.09	
4	Из истории профориентации.		29.09	
5	Карта интересов и склонностей. Психодиагностика.	1	6.10	
6	Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климova.	1	13.10	
7	Профориентационные игры	1	20.10	
8	Хорошо ли я себя знаю?	1	27.10	
9	Я и профессия	1	10.11	
10	Я учусь принимать решение	1	17.11	
11	Здоровье и выбор профессии.	1	24.11	
12	Кем хочу быть и почему?	1	1.11	
13	Успех в профессиональной деятельности человека	1	8.12	
14	Перспектива профессионального будущего	1	15.12	
15	Путешествие по стране профессии	1	22.12	
16	Урок самопознания и откровенности	1	29.12	
17	«Что? Где? Когда?» Мир профессий	1	12.01	
18	Я – личность	1	19.01	

19	Как ты относишься к людям и как люди должны относиться к тебе	1	26.01	
20	В человеке все должно быть прекрасно	1	2.02	
21	Жизненные ценности	1	9.02	
22	Самореализация	1	16.02	
23	Личностный профиль	1	2.03	
24	Угадай профессию	1	9.03	
25	Что? Где? Когда?	1	16.03	
26	Моя жизнь (беседа)	1	30.03	
27	Профессиональные и жизненные планы	1	6.04	
28	Профессии, специальности. Их классификации по отраслям, предметам, целям, средствам и условиям труда	1	13.04	
29	Клуб знатоков профессий	1	20.04	
30	Твой выбор	1	27.04	
31	«Рассказы о профессиях»	1	4.05	
32	«Шаг в профессию»	1	11.05	
33	Учебные заведения (беседа). Итоговое занятие мы выбираем, нас выбирают.	1	18.05	

### Учебно-методическое обеспечение

1. Психологическое сопровождение выбора профессии / под ред. Л. М. Митиной. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2003. – 184 с.

2. Профориентационный тренинг для старшеклассников "Твой выбор": [Сборник] /Н. В. Афанасьева, Н. В. Малухина, М. Г. Пашнина; под ред. Н. В. Афанасьевой. – СПб: Речь, 2007. – 365 с.
3. Прошицкая, Е.Н. Практикум по выбору профессии / Е.Н. Прошицкая. – М., 1995. – 152 с.
4. Резапкина, Г. В. Секреты выбора профессии / Г.В.Резапкина Г. В. – М.: Генезис, 2002. – 80 с.
5. Festival.1september.ru;
6. <http://www.vashpsicholog.ru/>;
7. Профессиональная и трудовая ориентация детей с ограниченными возможностями. Методические рекомендации. - М., 2006.;
8. Трошин О.В., Жулина Е.В., Кудрявцев В.А. Основы социальной реабилитации и профориентации. – М.: Издательство «ТЦ Сфера», 2007.–384с.  
Трудовая и медицинская реабилитация детей и подростков с ограниченными возможностями / Под ред. Ю.А.Блинкова, С.А.Игнатьева, Н.К.Горшунова. - М., 2002. – 304с.;
9. «Проблема выбора», разработанная Е. Казаровой и опубликованная в журнале «Школьный психолог» №2, 2007г.
10. Шваб Елена Дмитриевна «Я в мире профессий» для предпрофильной подготовки воспитанников 5- 9 классов», 2006.

### **Материально-техническое обеспечение**

1. СМИ
2. Бланки опросников
3. Информационные буклеты