

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Общеобразовательная школа-интернат среднего общего образования г. Алагир».

ГБОУ школа-интернат г. Алагир

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «29» августа 2025г.

Протокол № 1

Утверждаю  
Директор ГБОУ ИИ г. Алагир  
А.К. Качмазов  
от «09» 09 2025г.



**Рабочая программа  
«ПРЕДПРОФИЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА: ПСИХОЛОГИЯ И  
ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ»**

Целевая аудитория:

обучающиеся психолого – педагогического 6 «б» класса

Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:

педагог – психолог

Кесаева М.М.

г. Алагир  
2025г.

## **Пояснительная записка**

С переходом ребят в среднюю школу профориентация продолжается разнообразными играми: деловые, профориентационные, психологические. Этим достигается расширение знаний о мире профессий и предоставляется возможность сделать первые шаги в сторону выбора интересной для себя профессии. Школьники начинают осознавать свои интересы и возможности, приобретают базовые представления о профессиональных направлениях и специальностях, знакомятся с требованиями, которые предъявляют различные профессии.

Реализация курса «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация» поможет расширить представления детей о мире профессий, исследовать свои способности и развить базовые компетенции. Содержание курса представляет систему интеллектуально-развивающих занятий для учащихся sixth классов. Разнообразие организационных форм и расширение интеллектуальной сферы каждого обучающегося обеспечивает рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности.

**Общая характеристика учебного курса «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация»**

**Цель курса:** развитие у учащихся личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к профессиональной деятельности и представлений о собственных интересах и возможностях.

**Общая цель конкретизируется в задачах курса:**

- Расширить имеющиеся представления учащихся о мире профессий;
- Выявить интересы, склонности и способности детей;
- Стимулировать размышления детей о собственных перспективах личностного и профессионального самоопределения;
- Формировать представления о применении полученных знаний, умений, навыков в интересующей области труда;
- Развить познавательные способности и творческую активность обучающихся;
- Формировать ценностное отношение к труду как основному способу достижения жизненного благополучия, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;

**Направления работы с участниками образовательного процесса:**

- диагностическое направление: определение актуального уровня развития способностей ребенка и его потенциал (зону ближайшего развития), выявление интересов обучающихся.
- информационно-просветительское направление: создание конкретных образов основных типов профессий; популяризация личностных и профессионально важных качеств человека, существенных для самоопределения.
- компенсирующее направление: компенсация психологических характеристик, препятствующих самоопределению.

**Планируемые результаты освоения курса «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация»**

Планируемые результаты являются одним из важнейших механизмов реализации требований к результатам освоения основных образовательных программ федерального государственного стандарта. Содержание программы курса «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация», формы и методы работы позволят достичь следующих результатов:

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации своих прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;
- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;
- осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии.
- стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного;
- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.
- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.
- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;
- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;
- аргументировать свою позицию, мнение;
- 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;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанные с выбором будущей профессии;
- выдвигать предположения о возможном росте и падении спроса на ту или иную специальность в новых условиях;
- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации, связанной с профессиональной деятельностью или дальнейшим обучением;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных участников курса «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация».

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- 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;
- понимать намерения других участников занятий, проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях, в корректной форме формулировать свои возражения;
- 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, связанных с тематикой курса по профориентации;
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких участников, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и др.);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с действиями других учащихся.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;

- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;
- владеть способами самоконтроля, мотивации и рефлексии;
- предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выборе будущей профессии;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку опыту, приобретённому в ходе прохождения курса по профориентации, уметь находить позитивное в любой ситуации;
- 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.

#### **Ожидаемые результаты:**

- участие в различных видах игровой, изобразительной, творческой деятельности;
- заинтересованность в развитии своих способностей,
- участие в обсуждении и выражение своего отношения к изучаемой профессии,
- возможность попробовать свои силы в различных областях коллективной деятельности,
- развитие познавательной активности, любознательности, расширение общего кругозора и знаний, познавательных интересов и творческого мышления;
- проявление интереса и склонности к определённым профессиям, уважение к людям трудовых специальностей
- совместное обсуждение и осмысление важности таких качеств, как ответственность и аккуратность для успешного выполнения профессиональных обязанностей.

#### **Оценка планируемых результатов освоения программы**

В основу программы положены ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

#### **Критерии успешности прохождения программы**

- **Высокий уровень** - умение самостоятельно подготовить развернутое описание профессии, определить способности, которые необходимы данной профессии, и подобрать задания для проверки этих способностей.
- **Средний уровень** - умение подготовить развернутое описание профессии, но недостаточно точно определяет способности, которые необходимы для данной профессии. Ему нужна помощь в подборе заданий для проверки этих способностей.
- **Низкий уровень** - умение подготовить краткое описание профессии, но не определяет способности, которые необходимы для данной профессии.

#### **Содержание учебного курса внеурочной деятельности в 6 классе**

##### **«Предпрофильная подготовка: психология и профориентация»**

Курс рассчитан на учащихся 6 класса. Каждое занятие имеет тематическое наполнение, которое построено таким образом, чтобы учащиеся смогли исследовать свои индивидуально-личностные особенности.

Программа рассчитана на 34 часа и предполагает одно занятие в неделю, которое состоит из теоретической и практической части.

Содержание занятий включает беседы, упражнения и ролевые игры, поисковая деятельность, работа с семьей, просмотр фильмов, чтение литературы, которые позволяют учащимся получить представление о мире профессий и научиться самостоятельно планировать свой профессиональный путь.

Курс состоит из тематических блоков:

1. Введение в курс внеурочной деятельности «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация»
2. Профессия и ее содержание.
3. Психофизиологическая предрасположенность к профессии.

Структура занятий:

- I. Разминка (задания, рассчитанные на проверку сообразительности, быстроты реакции, готовности памяти).
- II. Знакомство с темой занятия. Практическая работа.
- III. Выполнение развивающих заданий в соответствии с рассматриваемой способностью или профессией;
- IV. Рефлексия.

Материально-технические средства обучения: классное оборудование и учебная мебель, мультимедийный проектор, компьютер, ватман, ножницы, краски, карандаши, фломастеры, клей, настольная игра «Стартап», ламинатор, картон белый.

#### **Календарный план на 2025/2026 учебный год**

#### **по курсу «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация»**

Количество часов: 34 часа (занятия по 1 часу один раз в неделю)

Номер занятия	Название раздела, модуля, темы	Домашнее задание
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>РАЗДЕЛ 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Предпрофильная подготовка: психология и профориентация»</b>		
<b>Тема 1.1 Труд – основа профессии</b>		
1 (2 часа)	Знакомство с предметом. Анализ понятий «труд», «работа», «профессия». Учеба – главный труд. Профессиональные смыслы. Анализ рассказов Сухомлинского о труде.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 1.2 Человеческие возможности</b>		
2 (2 час)	Самопознание. Человеческие возможности. Факты об использовании своих возможностей выдающимися людьми. Практическая работа с книгой рекордов Гиннеса. Просмотр и обсуждение видеофрагментов о человеческих возможностях.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 1.3 Успешный человек. Какой он?</b>		
3 (2 час)	Определение «успеха». Древо понятия. Слагаемые успеха. Определение качеств успешного человека. Профессиональные смыслы успешного человека.	Изучить записи в тетради
<b>РАЗДЕЛ 2. Профессия и ее содержание</b>		
<b>Тема 2.1 Профессия. Специальность. Должность. Профессиональные ресурсы.</b>		
4 (2 часа)	Разграничение понятий «профессия», «специальность», «должность». Знакомство с типами профессий по предмету труда: «Человек-Человек», «Человек-Художественный образ», «Человек-Техника», «Человек-Знаковая система», «Человек-Природа». Тестирование по методике Е.А. Климова.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 2.2 Содержание профессий.</b>		
5 (3 часа)	Предмет и средства труда. Цели труда. Общение в трудовой деятельности. Требования к здоровью.	Изучить записи в тетради

	Потребности общества в профессиях. Особенности профессии. Схема анализа профессии.	
<b>Тема 2.3 Формула профессии.</b>		
6 (2 часа)	Формула осознанного выбора профессии «хочу, «могу, «надо». Работа с кейсами. Работа с картой предпочтений условий труда.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 2.4 Ошибки в выборе профессий</b>		
7 (1 час)	Склонности, интересы и мотивы человека, их роль в профессиональном выборе. Ошибки при выборе профессий. Анализ отрывка А.П.Чехова. Игра «Оптимисты и пессимисты».	Изучить записи в тетради
<b>Тема 2.5 Мир интересных профессий</b>		
8 (2 часа)	Знакомство с необычными профессиями. Профессии прошлого, настоящего и будущего. Творческая работа по созданию «портрета» профессии. Знакомство с профессиями промоутер, имиджмейкер, девелопер, мерчендайзер	Изучить записи в тетради
<b>Тема 2.6 Профессии инженерного профиля</b>		
9 (1 час)	Кого называют «инженером». Работа с кейсом «Время инженеров». Корифеи инженерного дела. Профессии инженерного профиля. Обсуждение мультфильма «Пусть меня научат».	Изучить записи в тетради
<b>Тема 2.7 Дороги, которые мы выбираем. Профессии родителей.</b>		
10 (1 час)	Презентация профессий родителей. Династии профессий. Анализ профессии родителя по схеме.	Взять интервью у родителей о профессиях.
<b>РАЗДЕЛ 3. Психофизиологическая предрасположенность к профессии.</b>		
<b>Тема 3.1 Самооценка и уровень притязаний</b>		
11 (1 час)	Самооценка и самопрезентация. Формула самооценки. Уровень притязаний. Способы повысить самооценку.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.2 Я и мой характер</b>		
12 (1 час)	Мотивы выбора человека. Качества, определяющие счастье человека. Характер. Профессиональный тип личности. Социальный интеллект.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.3 Темперамент и выбор профессии</b>		
13 (2 часа)	Виды темпераменты и их характеристики. Определение темперамента. Сила нервной системы. Уравновешенность. Экстраверты и интроверты. Рекомендуемые и противопоказанные профессии. Видофрагмент «Разные темпераменты»	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.4. Задатки и склонности</b>		
14 (1 час)	Разграничение понятий «задатки» и «склонности». Профиль интересов. Анализ отрывка из произведения М.Твена «Приключения Тома Сойера».	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.5 Способности к вниманию и запоминанию</b>		
15 (2 часа)	Представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Значение наблюдательности как профессионально важного качества. Роль памяти в	Изучить записи в тетради

	различных видах профессиональной деятельности. Знакомство с приемами запоминания и возможностями развития памяти.	
<b>Тема 3.6 Мыслительные способности</b>		
16 (1 час)	Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по Р. Амтхауэра . Приемы развития	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.7 Эмоциональный интеллект</b>		
17 (1 час)	Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс. Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности по методике Ч.Д.Спилбергер «Шкала самооценки».	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.8 Волевые качества личности</b>		
18 (1 час)	Волевые качества личности. Регулирующая функция воли. Дебаты «Какими качествами должен обладать волевой человек?». Умение контролировать свое поведение.	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.9 Человек среди людей.</b>		
19 (2 часа)	Межличностные отношения и их значение в профессиональной деятельности. Коммуникативные умения и навыки. Конфликты и возможности различных тактик поведения. Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике «КОС».	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.9.1 Hard skills и soft skills.</b>		
20 (2 часа)	Происхождение понятий «hard skills» и «soft skills». «Мягкие» и «жесткие» навыки, виды. Психогимнастические игры и упражнения. Работа с кейсами	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.9.2 Сам себе старт</b>		
21 (1 час)	Профессиональные, предметные конкурсы и олимпиады. Гранты и проекты региона и страны, которые могут быть интересны школьнику и которые могут помочь в запуске собственного стартапа. Игра «Стартап».	Изучить записи в тетради
<b>Тема 3.9.3 Личный профессиональный план</b>		
22 (2 часа)	Анализ профессии по схеме. Оформление и защита проекта. План самоорганизации для подготовки к будущей профессии.	Изучить записи в тетради

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. **Сборник программ. Исследовательская и проектная деятельность. Социальная деятельность. Профессиональная ориентация. Здоровый и безопасный образ жизни. Основная школа** / С.В. Третьякова, А.В. Иванов, С.Н. Чистякова и др.; авт.-сост. С.В. Третьякова. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 96 с. – (Работаем по новым стандартам).



2. **Батаршев А.В., Алексеева И.Ю., Майорова Е.В. Диагностика профессионально-важных качеств.** – СПб.: Питер, 2014. – 192 с.: ил. – (Серия «Практическая психология»).
3. **Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков.** – СПб.: Питер, 2015. – 160с.: ил. – (Серия «Практическая психология»).
4. **Соколов А. В. Форсайт: Взгляд в будущее** // Форсайт. – 2007. – № 1. – С. 8–15
5. **Безус Ж.Н., Жукова Ю.П., Кузнецова И.В., Радченко В.В., Совина К.В., Холодилова Ю.К. Путь к профессии: основы активной позиции на рынке труда: Учебное пособие для учащихся старших классов школ.** - Ярославль: Центр «Ресурс», 2003. - 152 с.
6. **Бендюков М. А. Ступени карьеры: азбука профориентации.**– Санкт-Петербург: Речь, 2006. – 236 с
7. **Грецов А. Выбираем профессию. Советы практического психолога.** - Спб, 2006.
8. **Гурова Е. В. Профориентационная работа в школе: методическое пособие.** - Москва: Просвещение, 2007. – 95 с.
9. **Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям: Педагогика и психология, Соц. педагогика, Педагогика.** - М.: Academia, 2004. – 301 с.
10. **Климова Е.К. Психология успеха. Тренинг личностного и профессионального развития: учебно-методическое пособие** — Спб: Речь, 2013.
11. **Козловский О.В. Как правильно выбрать профессию: методики, тесты, рекомендации.** – Донецк.- 2006. – 800 с