

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
протокол № 1 от 29.08. 2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.В.Худова
приказ № 342 от 29 августа 2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00bc4e2eafb2c55310f495d58a116f5d6e
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 10.03.2025 по 03.06.2026

**Рабочая программа дополнительной
общеразвивающей программы**

«Твой выбор»

**Год обучения - 1
№ группы – 71 СТО**

Разработчик:

Зайцева Ирина Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Рабочая программа 1-й год обучения

Задачи:

Обучающие:

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся с интеллектуальными нарушениями за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотношении со своими интересами и возможностями;
- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- ознакомить учащихся со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений.

Развивающие:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- развивать познавательных процессов, расширение представлений о мире профессий;
- развивать у учащихся с интеллектуальными нарушениями способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях;
- формировать у учащихся с интеллектуальными нарушениями умения соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

Воспитательные:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- воспитывать мотивированного жизненно-заинтересованного отношения к труду и формирование соответствующих качеств личности: умения работать в коллективе, чувства самостоятельности, самоутверждения, ответственности.

Содержание программы

Содержание программы состоит из трех разделов:

- «Образ –Я»;
- «Формула выбора профессии»;
- «Я в мире профессий».

Раздел 1: Образ Я

1. Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности

Теория - правила поведения на занятиях, расписание занятий, цели и задачи обучения на текущий год; Презентация программы. Обсуждение правил поведения на занятиях по программе и в коллективе.

Практика- игра «Знакомство», Задание: для чего мне нужна эта программа обучения, диагностика: проективные методики

2. Основные понятия. Внутренний мир человека и возможности его познания.

Теория - знакомство с понятиями: личность, образ «Я», самопознание, самоанализ.

Практика – Игра «Кто я», диагностика по методике «Я»

3. Готовность к профессиональному самоопределению. Самооценка. Я – концепция

Теория - понятие: самооценка, как формируется самооценка, как она влияет на успешность личности

Практика - Тестирование

4. Темперамент. Что такое темперамент. Типы темперамента. Тест Айзенка для подростков Влияние темперамента на выбор профессии

Теория - История возникновения понятия «Темперамент», типы темперамента в соответствии с учением Гиппократом, современные понятия о типах нервной системы и их соответствие типам темперамента.

Практика - Диагностика типа темперамента по тесту Айзенка.

5. Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.

Теория - Понятия: Ощущения, восприятие, ведущие каналы восприятия, особенности восприятия

Практика - Диагностика: «Аудиал, визуал, кинестетик»

6. Внимание. Что такое внимание. Как развить внимание.

Теория - Определение понятия «внимание». Роль внимания в познавательной деятельности человека, типы внимания.

Практика - Диагностика: корректурная проба, распределение внимания.

Упражнения на развитие концентрации внимания

7. Память. Виды памяти. Развитие памяти.

Теория - Понятие «память», виды памяти по объему, долговременная, кратковременная и оперативная память.

Практика - Диагностические методики изучения познавательных процессов.

Упражнения на развитие внимания и памяти

8. Мышление. Виды мышления. Определение типа мышления

Теория - Что такое «мышление», отличие процесса мышления от других познавательных процессов. Как развить мышление. Пять типов мышления. Определение типа мышления.

Практика - Диагностика: «Определение типа мышления»

9. Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные.

Теория - Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей. Способности и профессиональная пригодность.

Практика - Упражнения «Мои способности», «В чем я профессионал?» Игра на платформе LearningApps на закрепление материала

10. Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения.

Теория - Что такое «коммуникация», понятие «успешная коммуникация». Различные виды коммуникации. Деловое общение, правила делового общения. Личностное общение.

Практика - Составление и ранжирование списка знакомых «Кто мне может и чем помочь в выборе профессии»

11. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Теория - Признаки делового общения; способы разрешения конфликтов.

Практика - Игры: «Комплимент», «Выпустить пар», «Архитектура»

12. Обобщающий урок. Образ – Я.

Теория - Обобщение пройденного материала.

Практика - Игра «Внутреннее созерцание». Диагностика «Мой портрет»

Раздел 2: Формула выбора профессии.

13. Представление о себе и выбор профессии. Роль самооценки в выборе профессии. Что такое профессия? Типы профессий.

Теория - Роль самооценки в выборе профессии. Что такое профессия? Типы профессий.

Уровень притязаний, от чего он зависит. Чем необходимо руководствоваться при выборе профессии.

Практика - Игра «Классификация профессий»

14. Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии. Ошибки при выборе профессии

Теория - Что такое «профессия». «специальность», «должность». Совершенствование в труде. Зачем мы работаем? Составление формулы выбора профессии

Практика - Групповая дискуссия «Как мы выбираем». Упражнение «МОГУ, ХОЧУ, НАДО». Подготовка к участию в районном этапе Олимпиады по профориентации

15. Склонности и интересы в профессиональном выборе.

Теория - «Хочу»: роль собственных стремлений при выборе профессии. Определение интересов в выборе профессии, Связь школьных предметов и профессий: где могут пригодиться школьные знания?

Практика - Игры: «Интересы»; «Открытка»

16. Возможности личности в профессиональной деятельности.

Теория - «Могу»: учет собственных возможностей в профессиональной деятельности. Необходимость учета особенностей типа темперамента при выборе профессии.

Практика - Упражнение на соотнесение различных профессий и типа темперамента.

17. Здоровье и выбор профессии

Теория - Профессия и здоровье. Медицинские требования в различных профессиях. Профессия как ресурс сохранения здоровья.

Практика - Игра: медицинские противопоказания к различным профессиям. Методика «Мое здоровье».

18. Понятие Профессиограммы.

Теория - Профессиограмма как сочетание описаний объективной и субъективной стороны труда. Объективная сторона труда: требования к квалификации, условия труда, орудия труда, режим работы и т.д. Субъективная сторона – профессионально важные качества.

Практика - Упражнение на разбор профессиограмм.

19. Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.

Теория - «Надо»: оценка потребностей современного рынка труда в Санкт-Петербурге. Как согласовывать потребности рынка труда в городе и стране со своими притязаниями.

Практика - Игра «Кто нужен нашему городу?»

20. Обобщающий урок. Профессии будущего

Теория - Новые профессии – новые возможности

Практика – Упражнение «Портрет профессионала»

Раздел 3: Я в мире профессий.

21. Классификация профессий.

Теория - Разделение профессий по предмету труда. Классификация профессий по характеру труда. Что такое «предмет труда», пять основных типов профессий по предмету труда. Понятие «характер» труда. Профессии «творческие» и «алгоритмические», их особенности и значимость в обществе.

Практика - Игра: Классификация профессий. Диагностика: «Ориентация»

22. Профессии типа «человек- человек».

Теория - Описание профессий. Профессионально важные качества.

Практика - Игра: Калейдоскоп помогающих профессий

23. Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.

Теория - Предмет труда: машины, механизмы. Профессиональные требования к уровню логического мышления и координации. Определение склонности к данному типу профессий.

Практика - Игра «Профессионально важные качества»

24. Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.

Теория - Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий. Предмет труда: знаки, тексты, символы.

Практика - Упражнение: Требования к профессионалу.

25. Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу.

Теория - Предмет труда: объекты природы. Профессиональные требования к уровню предметно-действенного мышления. Знакомство с современными профессиями. Необходимость изучения и защиты природы в современном мире.

Практика - Игра: калейдоскоп профессий: садовник, зоотехник, овощевод, лесник и т.д.

26. Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.

Теория - Предмет труда: произведения искусства. Область применения своих способностей в зависимости от уровня их развития.

Практика – Игра на платформе LearningApps «Орудия труда и профессия»

27. Общественно-значимые профессии

Теория - Общественно-значимые профессии

Практика - Ролевая игра «Интервью».

28. Обобщение представлений о профессиях

Теория - Профессии которые нас окружают.

Практика – Игра: Примерочная профессий

29. Жизненные ценности.

Теория - Ценности цели, Ценности средства Жизненные ценности и выбор профессии

Практика - Игра: Мои ценности цели и ценности средства

30. Карьерные ориентации, построение карьерного пути.

Теория - Соотношение понятий «профессия» и «карьера». Современные представления о карьере как о профессиональном жизненном пути.

Практика - Упражнение: Карьерные решения. Знакомство с профессиональной карьерой успешных в различных сферах профессионалов.

31. Мои профессиональные намерения.

Теория - Определения типа профессии по предмету и характеру труда в соответствии со своими склонностями и способностями.

Практика - Определение профессиональной направленности личности: тест Голланда

Анализ диагностики, составление психологического портрета.

32. Профессиональное образование. Уровни образования

Теория - Механизмы взаимодействия рынка труда и образовательных услуг. Типичные ошибки при выборе профессии и образовательного учреждения.

Практика - Игра на платформе LearningApps «Найди ошибку»

33. Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться?

Теория - Колледжи Санкт-Петербурга. Знакомство с образовательными учреждениями среднего профессионального образования района и Санкт-Петербурга.

Практика - Экскурсия в колледж. Встреча с представителями Колледжа

34. Мой образовательный маршрут. Понятие образовательного маршрута. Конструирование образовательного маршрута. Особенности разных уровней образования

Теория - Понятие образовательного маршрута. Конструирование образовательного маршрута.

Практика - Упражнения на завершение обучения «Чемодан в дорогу». Методика «Интервью с самим собой».

35. Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план»

Теория - Принятие решения по направлению будущей профессиональной деятельности и построение индивидуального образовательного маршрута.

Практика - Методика: «Я через 10 лет» Систематизация индивидуальных результатов

36. Итоговое занятие. Моя будущая профессия

Теория - Подведение итогов

Практика - Защита проектов.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- сформируют понятия о профессиях и профессиональной деятельности;
- узнают требования к современному профессионалу;
- узнают потребности современного рынка труда;
- познакомятся с правилами выбора профессии;
- познакомятся с методами и приемами познания себя;
- получат возможность на основе самодиагностики и знаний о мире профессий выбирать правильный профессиональный путь;
- познакомятся с особенностями личности человека, в том числе со своими собственными;
- получат сведения об учебных заведениях, предоставляющих возможность получения профессии;

Метапредметные результаты:

- получит развитие умение делать выбор и готовность нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.
- более сформированными станут показатели личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Личностные результаты:

- сформирован реалистичный уровень притязаний в отношении профессионального будущего;
- осознание себя и своего места в жизни;
- умение строить свои отношения с окружающими станет более развитым;
- умение отстаивать свои права конструктивным способом будет более сформированным.

Планируемый результат программы: адекватный, осознанный выбор профессии обучающимися специальной (коррекционной) образовательной организации.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Твой выбор» на 2025/2026 учебный год
СТО 71, СТО 72 (четверг)

Месяц	Число	Раздел программы.	Количество часов	Итого часов в месяц
		Тема. Содержание		
сентябрь	Раздел программы «Вводное занятие»			8
	04	Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятиях по программе «Твой выбор». Диагностика учащихся	2	
	Раздел программы: «Образ Я»			
	11	Основные понятия. Внутренний мир человека и возможности его познания.	2	
	18	Готовность к профессиональному самоопределению. Самооценка. Я – концепция.	2	
	25	Темперамент. Влияние темперамента на выбор профессии	2	
октябрь	02	Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.	2	10
	09	Внимание. Что такое внимание. Как развить внимание.	2	
	16	Память. Виды памяти. Развитие памяти.	2	
	23	Мышление. Виды мышления. Определение типа мышления	2	
	30	Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные.	2	
ноябрь	06	Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения	2	8
	13	Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	2	
	20	Обобщающий урок. Образ – Я.	2	
	Раздел программы: Формула выбора профессии.			
	27	Представление о себе и выбор профессии	2	
декабрь	04	Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии.	2	8
	11	Склонности и интересы в профессиональном выборе.	2	
	18	Возможности личности в профессиональной деятельности	2	
	25	Здоровье и выбор профессии	2	
январь	15	Понятие Профессиограммы.	2	6
	22	Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.	2	
	29	Обобщающий урок. Профессии будущего	2	
февраль	Раздел программы: Я в мире профессий			8
	05	Классификация профессий.	2	
	12	Профессии типа «человек- человек».	2	
	19	Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.	2	
	26	Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.	2	
март	05	Общественно-значимые профессии.	2	

	12	Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу.	2	8
	19	Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.	2	
	26	Обобщение представлений о профессиях.	2	
апрель	02	Жизненные ценности.	2	10
	09	Карьерные ориентации, построение карьерного пути.	2	
	16	Мои профессиональные намерения.	2	
	23	Профессиональное образование. Уровни образования	2	
	30	Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться? Встреча с представителями колледжа	2	
май	07	Мой образовательный маршрут. Понятие образовательного маршрута.	2	6
	14	Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план»	2	
	21	Итоговое занятие. Моя будущая профессия.	2	
Итого часов:			72	72

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
протокол № 1 от 29.08. 2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.В.Худова
приказ № 342 от 29 августа 2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00bc4e2eafb2c55310f495d58a116f5d6e
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 10.03.2025 по 03.06.2026

**Рабочая программа дополнительной
общеразвивающей программы**

«Твой выбор»

**Год обучения - 1
№ группы – 72 СТО**

Разработчик:

Зайцева Ирина Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Рабочая программа 1-й год обучения

Задачи:

Обучающие:

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся с интеллектуальными нарушениями за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотношении со своими интересами и возможностями;
- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- ознакомить учащихся со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений.

Развивающие:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- развивать познавательных процессов, расширение представлений о мире профессий;
- развивать у учащихся с интеллектуальными нарушениями способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях;
- формировать у учащихся с интеллектуальными нарушениями умения соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

Воспитательные:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- воспитывать мотивированного жизненно-заинтересованного отношения к труду и формирование соответствующих качеств личности: умения работать в коллективе, чувства самостоятельности, самоутверждения, ответственности.

Содержание программы

Содержание программы состоит из трех разделов:

- «Образ –Я»;
- «Формула выбора профессии»;
- «Я в мире профессий».

Раздел 1: Образ Я

1. Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности

Теория - правила поведения на занятиях, расписание занятий, цели и задачи обучения на текущий год; Презентация программы. Обсуждение правил поведения на занятиях по программе и в коллективе.

Практика- игра «Знакомство», Задание: для чего мне нужна эта программа обучения, диагностика: проективные методики

2. Основные понятия. Внутренний мир человека и возможности его познания.

Теория - знакомство с понятиями: личность, образ «Я», самопознание, самоанализ.

Практика – Игра «Кто я», диагностика по методике «Я»

3. Готовность к профессиональному самоопределению. Самооценка. Я – концепция

Теория - понятие: самооценка, как формируется самооценка, как она влияет на успешность личности

Практика - Тестирование

4. Темперамент. Что такое темперамент. Типы темперамента. Тест Айзенка для подростков Влияние темперамента на выбор профессии

Теория - История возникновения понятия «Темперамент», типы темперамента в соответствии с учением Гиппократ, современные понятия о типах нервной системы и их соответствие типам темперамента.

Практика - Диагностика типа темперамента по тесту Айзенка.

5. Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.

Теория - Понятия: Ощущения, восприятие, ведущие каналы восприятия, особенности восприятия

Практика - Диагностика: «Аудиал, визуал, кинестетик»

6. Внимание. Что такое внимание. Как развить внимание.

Теория - Определение понятия «внимание». Роль внимания в познавательной деятельности человека, типы внимания.

Практика - Диагностика: корректурная проба, распределение внимания.

Упражнения на развитие концентрации внимания

7. Память. Виды памяти. Развитие памяти.

Теория - Понятие «память», виды памяти по объему, долговременная, кратковременная и оперативная память.

Практика - Диагностические методики изучения познавательных процессов.

Упражнения на развитие внимания и памяти

8. Мышление. Виды мышления. Определение типа мышления

Теория - Что такое «мышление», отличие процесса мышления от других познавательных процессов. Как развить мышление. Пять типов мышления. Определение типа мышления.

Практика - Диагностика: «Определение типа мышления»

9. Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные.

Теория - Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей. Способности и профессиональная пригодность.

Практика - Упражнения «Мои способности», «В чем я профессионал?» Игра на платформе LearningApps на закрепление материала

10. Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения.

Теория - Что такое «коммуникация», понятие «успешная коммуникация». Различные виды коммуникации. Деловое общение, правила делового общения. Личностное общение.

Практика - Составление и ранжирование списка знакомых «Кто мне может и чем помочь в выборе профессии»

11. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Теория - Признаки делового общения; способы разрешения конфликтов.

Практика - Игры: «Комплимент», «Выпустить пар», «Архитектура»

12. Обобщающий урок. Образ – Я.

Теория - Обобщение пройденного материала.

Практика - Игра «Внутреннее созерцание». Диагностика «Мой портрет»

Раздел 2: Формула выбора профессии.

13. Представление о себе и выбор профессии. Роль самооценки в выборе профессии. Что такое профессия? Типы профессий.

Теория - Роль самооценки в выборе профессии. Что такое профессия? Типы профессий.

Уровень притязаний, от чего он зависит. Чем необходимо руководствоваться при выборе профессии.

Практика - Игра «Классификация профессий»

14. Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии. Ошибки при выборе профессии

Теория - Что такое «профессия». «специальность», «должность». Совершенствование в труде. Зачем мы работаем? Составление формулы выбора профессии

Практика - Групповая дискуссия «Как мы выбираем». Упражнение «МОГУ, ХОЧУ, НАДО». Подготовка к участию в районном этапе Олимпиады по профориентации

15. Склонности и интересы в профессиональном выборе.

Теория - «Хочу»: роль собственных стремлений при выборе профессии. Определение интересов в выборе профессии, Связь школьных предметов и профессий: где могут пригодиться школьные знания?

Практика - Игры: «Интересы»; «Открытка»

16. Возможности личности в профессиональной деятельности.

Теория - «Могу»: учет собственных возможностей в профессиональной деятельности. Необходимость учета особенностей типа темперамента при выборе профессии.

Практика - Упражнение на соотнесение различных профессий и типа темперамента.

17. Здоровье и выбор профессии

Теория - Профессия и здоровье. Медицинские требования в различных профессиях. Профессия как ресурс сохранения здоровья.

Практика - Игра: медицинские противопоказания к различным профессиям. Методика «Мое здоровье».

18. Понятие Профессиограммы.

Теория - Профессиограмма как сочетание описаний объективной и субъективной стороны труда. Объективная сторона труда: требования к квалификации, условия труда, орудия труда, режим работы и т.д. Субъективная сторона – профессионально важные качества.

Практика - Упражнение на разбор профессиограмм.

19. Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.

Теория - «Надо»: оценка потребностей современного рынка труда в Санкт-Петербурге. Как согласовывать потребности рынка труда в городе и стране со своими притязаниями.

Практика - Игра «Кто нужен нашему городу?»

20. Обобщающий урок. Профессии будущего

Теория - Новые профессии – новые возможности

Практика – Упражнение «Портрет профессионала»

Раздел 3: Я в мире профессий.

21. Классификация профессий.

Теория - Разделение профессий по предмету труда. Классификация профессий по характеру труда. Что такое «предмет труда», пять основных типов профессий по предмету труда. Понятие «характер» труда. Профессии «творческие» и «алгоритмические», их особенности и значимость в обществе.

Практика - Игра: Классификация профессий. Диагностика: «Ориентация»

22. Профессии типа «человек- человек».

Теория - Описание профессий. Профессионально важные качества.

Практика - Игра: Калейдоскоп помогающих профессий

23. Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.

Теория - Предмет труда: машины, механизмы. Профессиональные требования к уровню логического мышления и координации. Определение склонности к данному типу профессий.

Практика - Игра «Профессионально важные качества»

24. Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.

Теория - Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий. Предмет труда: знаки, тексты, символы.

Практика - Упражнение: Требования к профессионалу.

25. Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу.

Теория - Предмет труда: объекты природы. Профессиональные требования к уровню предметно-действенного мышления. Знакомство с современными профессиями. Необходимость изучения и защиты природы в современном мире.

Практика - Игра: калейдоскоп профессий: садовник, зоотехник, овощевод, лесник и т.д.

26. Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.

Теория - Предмет труда: произведения искусства. Область применения своих способностей в зависимости от уровня их развития.

Практика – Игра на платформе LearningApps «Орудия труда и профессия»

27. Общественно-значимые профессии

Теория - Общественно-значимые профессии

Практика - Ролевая игра «Интервью».

28. Обобщение представлений о профессиях

Теория - Профессии которые нас окружают.

Практика – Игра: Примерочная профессий

29. Жизненные ценности.

Теория - Ценности цели, Ценности средства Жизненные ценности и выбор профессии

Практика - Игра: Мои ценности цели и ценности средства

30. Карьерные ориентации, построение карьерного пути.

Теория - Соотношение понятий «профессия» и «карьера». Современные представления о карьере как о профессиональном жизненном пути.

Практика - Упражнение: Карьерные решения. Знакомство с профессиональной карьерой успешных в различных сферах профессионалов.

31. Мои профессиональные намерения.

Теория - Определения типа профессии по предмету и характеру труда в соответствии со своими склонностями и способностями.

Практика - Определение профессиональной направленности личности: тест Голланда

Анализ диагностики, составление психологического портрета.

32. Профессиональное образование. Уровни образования

Теория - Механизмы взаимодействия рынка труда и образовательных услуг. Типичные ошибки при выборе профессии и образовательного учреждения.

Практика - Игра на платформе LearningApps «Найди ошибку»

33. Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться?

Теория - Колледжи Санкт-Петербурга. Знакомство с образовательными учреждениями среднего профессионального образования района и Санкт-Петербурга.

Практика - Экскурсия в колледж. Встреча с представителями Колледжа

34. Мой образовательный маршрут. Понятие образовательного маршрута. Конструирование образовательного маршрута. Особенности разных уровней образования

Теория - Понятие образовательного маршрута. Конструирование образовательного маршрута.

Практика - Упражнения на завершение обучения «Чемодан в дорогу». Методика «Интервью с самим собой».

35. Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план»

Теория - Принятие решения по направлению будущей профессиональной деятельности и построение индивидуального образовательного маршрута.

Практика - Методика: «Я через 10 лет» Систематизация индивидуальных результатов

36. Итоговое занятие. Моя будущая профессия

Теория - Подведение итогов

Практика - Защита проектов.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- сформируют понятия о профессиях и профессиональной деятельности;
- узнают требования к современному профессионалу;
- узнают потребности современного рынка труда;
- познакомятся с правилами выбора профессии;
- познакомятся с методами и приемами познания себя;
- получат возможность на основе самодиагностики и знаний о мире профессий выбирать правильный профессиональный путь;
- познакомятся с особенностями личности человека, в том числе со своими собственными;
- получат сведения об учебных заведениях, предоставляющих возможность получения профессии;

Метапредметные результаты:

- получит развитие умение делать выбор и готовность нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.
- более сформированными станут показатели личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Личностные результаты:

- сформирован реалистичный уровень притязаний в отношении профессионального будущего;
- осознание себя и своего места в жизни;
- умение строить свои отношения с окружающими станет более развитым;
- умение отстаивать свои права конструктивным способом будет более сформированным.

Планируемый результат программы: адекватный, осознанный выбор профессии обучающимися специальной (коррекционной) образовательной организации.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Твой выбор» на 2025/2026 учебный год
СТО 71, СТО 72 (четверг)

Месяц	Число	Раздел программы.	Количество часов	Итого часов в месяц
		Тема. Содержание		
сентябрь	Раздел программы «Вводное занятие»			8
	04	Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятиях по программе «Твой выбор». Диагностика учащихся	2	
	Раздел программы: «Образ Я»			
	11	Основные понятия. Внутренний мир человека и возможности его познания.	2	
	18	Готовность к профессиональному самоопределению. Самооценка. Я – концепция.	2	
	25	Темперамент. Влияние темперамента на выбор профессии	2	
октябрь	02	Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.	2	10
	09	Внимание. Что такое внимание. Как развить внимание.	2	
	16	Память. Виды памяти. Развитие памяти.	2	
	23	Мышление. Виды мышления. Определение типа мышления	2	
	30	Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные.	2	
ноябрь	06	Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения	2	8
	13	Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	2	
	20	Обобщающий урок. Образ – Я.	2	
	Раздел программы: Формула выбора профессии.			
	27	Представление о себе и выбор профессии	2	
декабрь	04	Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии.	2	8
	11	Склонности и интересы в профессиональном выборе.	2	
	18	Возможности личности в профессиональной деятельности	2	
	25	Здоровье и выбор профессии	2	
январь	15	Понятие Профессиограммы.	2	6
	22	Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.	2	
	29	Обобщающий урок. Профессии будущего	2	
февраль	Раздел программы: Я в мире профессий			8
	05	Классификация профессий.	2	
	12	Профессии типа «человек- человек».	2	
	19	Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.	2	
	26	Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.	2	
март	05	Общественно-значимые профессии.	2	

	12	Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу.	2	8
	19	Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.	2	
	26	Обобщение представлений о профессиях.	2	
апрель	02	Жизненные ценности.	2	10
	09	Карьерные ориентации, построение карьерного пути.	2	
	16	Мои профессиональные намерения.	2	
	23	Профессиональное образование. Уровни образования	2	
	30	Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться? Встреча с представителями колледжа	2	
май	07	Мой образовательный маршрут. Понятие образовательного маршрута.	2	6
	14	Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план»	2	
	21	Итоговое занятие. Моя будущая профессия.	2	
Итого часов:			72	72