

Краснодарский край, станица Старовеличковская, Калининский район

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средней общеобразовательной школы № 5 имени маршала Г.К. Жукова



УТВЕРЖДЕНО  
решение педсовета протокол № 1  
от 30 августа 2023 года  
Председатель педсовета  
Топка Н.И

**Адаптированная рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
Профориентация «Кем быть»**

Программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

2023 г.

## Пояснительная записка

В настоящее время возникает проблема в выборе профессии не только у нормально развивающихся школьников, но и у лиц с ограниченными возможностями здоровья. В силу личностных особенностей, обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) очень сложно ориентироваться в условиях современного рынка труда, поэтому встает вопрос об актуальности этой проблемы.

Некоторая часть выпускников специальных школ идет на производство, выполняя там тяжелые неквалифицированные виды труда, но значительная доля выпускников получают профессиональное образование в специальных группах профессиональных училищ. 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 интеллектуальными нарушениями.

Очевидно, что в решении этой проблемы существенную роль может сыграть система организационно-методических и практических мероприятий по профессиональной ориентации, профотбору, профессиональному самоопределению обучающихся специальной школы. Её цель не только предоставление информации о мире профессий, дающей основу профессиональной ориентации, но и личностное развитие обучающихся, формирование у них способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями профессии.

Поэтому профориентационная работа в школе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) должна быть нацелена на актуализацию профессионального самоопределения школьников.

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. Именно с этой целью, начиная с шестого класса и до конца обучения в школе идет работа по профориентации.

Реализация программы должна проходить в единстве урочной, внеурочной и внешкольной деятельности, в совместной педагогической работе общеобразовательной организации, семьи и других институтов общества.

Нормативно-правовой базой, основой построения программы внеурочной деятельности «Маршрут в мир профессий» являются следующие документы:

1. Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1599-«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»
2. Проект примерной адаптированной основной общеобразовательной программы для умственно отсталых детей.

Рабочая программа состоит из характеристики группы и КТП с выбором тем и учётом психофизических особенностей обучающихся. В КТП могут изменяться количество часов по темам, но общий объём часов сохраняется. Характеристика группы является приложением к КТП.

Программа рассчитана на 1 год. Занятия проводятся по одному часу в неделю в игровой форме, с группой обучающихся.

#### **Основной целью создания данной программы является:**

Знакомство с профессиями и специальностями, рекомендуемыми для профессиональной подготовки и трудоустройства выпускников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); осознание обучающимися своих личностных особенностей и соотнесение их с требованиями будущей профессии.

#### **Предлагаемый курс направлен на решение следующих задач:**

Формировать мотивацию и интерес к трудовой и учебной деятельности; расширять кругозор и осведомленность обучающихся об основном содержании профессий; знакомить обучающихся с основными требованиями профессий, основными орудиями труда; мотивировать личностный рост обучающегося; создавать условия для сознательного выбора профессии; актуализировать чувства ответственности за совершаемый выбор; совершенствовать опыт межличностного взаимодействия и групповой сплоченности.

#### **Общая характеристика коррекционного курса**

Программа коррекционного курса создает психологическую основу для развития профессионального самосознания. Основная направленность занятий: знакомство с содержанием труда людей самых распространенных профессий, с правилами поведения в процессе трудовой деятельности; формирование мотивации и интереса к трудовой и учебной деятельности, стремление к общественно-полезному труду; воспитание трудолюбия, старательности, аккуратности, настойчивости в доведении дела до конца; углубление знаний о требованиях профессии к человеку; коррекция самооценки и формирование представлений о дальнейшей жизненной перспективе; пропаганда профессий, наиболее востребованных обществом и доступных для выпускников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Программа реализуется в соответствии со следующими **принципами** выбора профессии обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями): знание и учет умственных возможностей и способностей; знание требований профессии к человеку; умение соотносить свои возможности с профессиональными требованиями и требованиями рынка труда.

Основные **методы**, используемые во время занятий: *словесные* (объяснение, разъяснение, рассказ, беседа); *наглядные* (наблюдение, иллюстрация, демонстрация через использование компьютерных систем); *практические* (упражнения, деловые игры, практические работы, экскурсии, общественно-полезный труд).

Профориентационная программа основывается на ряде дидактических **принципов**: воспитывающая и развивающая направленность обучения; научность и доступность; систематичность и последовательность; связь обучения с жизнью; принцип наглядности; сознательность и активность учащихся; индивидуальный и дифференцированный подходы.

#### **Этапы программы по профориентации:**

##### **I этап: «Диагностический»**

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

Это направление реализуется в двух планах:

- самопознание, исследование обучающихся 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 клиничко-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.

### **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.

- *«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.

- *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;

### **III этап: «Диагностический»**

Блок оценки эффективности коррекционных воздействий

*Структура профориентационных занятий* основывается на возрастных особенностях обучающихся, опирается на познавательные интересы школьников (применяемые средства: слушание и обсуждение, рисование «своей жизни», рассказы о себе, решение кроссвордов, ребусов, разыгрывание сценок, ролевые игры). Большое внимание уделяется развитию познавательных процессов, в частности внимания, а также развитию мышления, воображения. На занятиях ученики подробно знакомятся с деятельностью доступных для них профессий. Выявляют свои склонности и увлечения в трудовом плане. Узнают, как избежать безработицы, как трудоустроиться, не имея образования; узнают об условиях поступления на работу. В тактичной форме узнают о своих возможностях в выборе профессии, о значении характера и склонностей в выборе профессии.

Данная программа является дополнением к дополнительному профессиональному и последующему, профессиональному периодам, осуществляемыми в школе посредством всей системы трудового обучения и трудового воспитания обучающихся (общественно полезный, производительный труд, познавательная, ценностно-ориентационная, коммуникативная и другие виды деятельности).

### **Ожидаемые, планируемые результаты**

#### **Личностные результаты**

формирование профессиональной Я – концепции; нахождение в профессиональном труде личностного смысла;

развитие профессионального сознания и самосознания; обретение профессиональной идентичности; готовности к самостоятельному решению своих проблем, т.е. готовности к самоопределению;

развитие адекватных представлений о собственных возможностях; гражданской идентичности;

формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир;

формирование уважительного отношения к иному мнению;

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов;

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### **Метапредметные результаты**

#### **Регулятивные БУД (Р):**

овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми

извлекать с помощью педагога-психолога необходимую информацию из литературного текста

учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению

строить речевое высказывание в устной форме

уметь справляться со страхами, обидами, гневом

#### **Познавательные БУД (П):**

уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью взрослого

учиться исследовать свои качества и свои особенности

учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью педагога

учиться наблюдать, сравнивать предметы, объекты, находить общее и различие

группировать предметы, объекты на основе существенных признаков

#### **Коммуникативные БУД(К):**

соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить

учиться работать в паре и в группе, выполнять различные роли

слушать и понимать речь других ребят

осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией

уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников

Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень овладения предметными результатами не является обязательными для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью.

Результатом реализации данной программы может считаться не столько успешное освоение им образовательной программы по предметам, сколько освоение жизненно значимых компетенций:

**Минимальный уровень:** знать свои способности и возможности; знать основные правила выбора профессии; владеть основными понятиями в вопросах профориентации; иметь представления об индивидуальных особенностях личности; иметь представление о мире доступных профессий; знать виды профессий; знать об учебных заведениях, предоставляющих возможность получения профессии.

**Достаточный уровень:** адекватно оценивать свои возможности и соотносить их с выбором профессии; ориентироваться в мире профессий и соотносить требования профессии со своими интересами, склонностями и способностями; **иметь** представление о повышении квалификации и профессионального роста; иметь представление о состоянии рынка труда.

#### **Критерии и нормы оценки результатов деятельности обучающихся**

Диагностика входного и итогового контроля с использованием следующих методик: диагностика « Осведомленность о рынке труда», анкета « Моя будущая профессия», анкета « Я и моё здоровье», диагностика «Самооценка способностей», диагностика «Осознанности интересов и склонностей», диагностика «Самооценка профессионально важных качеств»

## Учебно-тематическое планирование

Кем быть?		
Раздел	Тема урока	Кол-во часов
Профессии, связанные с природой	Ведение. Путешествие в мир профессий сельского хозяйства	2
	У бабушки в деревне. Ловись, рыбка	2
	Труженики леса. Хлеб -Всему голова	2
	Профессия овощевод. Знакомьтесь с агрономом	2
	Профессия цветовод. Все работы хороши, выбирай на вкус	2
Профессии наших мам	Экскурсия по магазину. Кто работает в библиотеке?	2
	Весёлая портняжка. Расти здоровым	2
	Я в учителя пойду. Кухонный переполох	2
	Причёски такие разные. Профессии наших мам. Кем быть?	2
Профессии наших пап	Строим вместе дом. У кого мастерок, у кого молоток	2
	Профессия водитель. Профессия шахтер	2
	Осторожно огонь. Я б в спасатели пошёл, пусть меня научат	2
	Все профессии нужны, все профессии важны	2
Профессии, связанные с путешествиями	Куда уходят поезда. Высоко в облаках	2
	Космическое путешествие. Морское путешествие	2
	Профессии наших родителей. Кем быть?	2
	Кем быть? Каким быть?	2

## Литература:

1. Профессиональная и трудовая ориентация детей с ограниченными возможностями. Методические рекомендации. — М., 2006г.;
2. Старобина Е.М. Профессиональная подготовка лиц с умственной отсталостью. — М., 2003г.;
3. Трошин О.В., Жулина Е.В., Кудрявцев В.А. Основы социальной реабилитации и профориентации. — М.: Издательство «ТЦ Сфера», 2007г.;
4. Трудовая и медицинская реабилитация детей и подростков с ограниченными возможностями / Под ред. Ю.А.Блинкова, С.А.Игнатъева, Н.К.Горшунова. — М., 2002.;
5. «Проблема выбора», разработанная Е. Казаровой и опубликованная в журнале «Школьный психолог» №2, 2007г.;
6. Шваб Елена Дмитриевна «Я в мире профессий» для предпрофильной подготовки воспитанников 5- 9 классов», 2006г.;
7. Врублевская М.М., Зыкова О.В. Профориентационная работа в школе: Методические рекомендации. - Магнитогорск: МаГУ, 2004г.;
8. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда: Учебное пособие к курсу «Психология труда и инженерная психология» — М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997г.;
9. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. Методическое пособие. — М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997г.;
10. Пряжников Н.С. Ценностно-нравственные активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения. Методическое пособие 3. — М.: Издательство «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997.
11. Резапкина Г. Я и моя профессия. Факультативный курс для учащихся 9-х классов. //Школьный психолог, № 14, 1999г.