

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Нижнедевицкая гимназия»



**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Мое профессиональное самоопределение»**

для обучающихся 9 классов
на 2021-2022 учебный год

Составитель: педагог - психолог
Баева М.А.

с.Нижнедевицк

2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мое профессиональное самоопределение» для 9 класса разработана на основе:

- Программа Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии», Москва, 2008 г.
- Выбор профессии: оценка готовности школьников под научной редакцией д.п.н., профессора, члена-корреспондента РАО С.Н.Чистяковой. Москва «ВАКО» 2009 г.
- Книга для учителя «Твоя профессиональная карьера». Москва «Просвещение», 2006 г.
- А. Грецов, Т.Бедарева «100 популярных профессий», 2009 г.
- Е.Жариков, Е. Крушельницкий «Для тебя и о тебе», «Просвещение», 1991 г.

Изучение курса внеурочной деятельности «Мое профессиональное самоопределение» предусматривает следующие **цели**:

- Создание условий для самоопределения каждого обучающегося относительно будущего направления деятельности, для индивидуализации и дифференциации обучения, выбора обучающимися разных категорий индивидуальных образовательных траекторий в соответствии с их способностями, склонностями и потребностями;
- Расширение возможностей социализации обучающихся, более эффективно готовить выпускников к профессиональному и жизненному самоопределению;
- Развитие содержания одного или нескольких учебных предметов;
- Обеспечение преемственности общего и профессионального образования;
- Создание возможности реализации личных познавательных интересов в выбранной им образовательной области;
- Помощь в раскрытии психологических особенностей своей личности;
- Формирование качеств, творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях;
- Расширение знаний учащихся о мире профессий, изучение их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, представление о профпригодности и компенсации способностей;
- Создание условий для качественной подготовки к итоговой аттестации;
- Формирование у учащихся умений и навыков, и способы деятельности для решения практически важных задач;
- Содействие развитию у учащихся отношения к себе как к субъекту будущего профессионального образования и профессионального труда;
- Создание дополнительных условий психолого-педагогической комфортности при обучении в школе, формирование у выпускников шкалы самооценки, адекватной личным способностям, возможностям.

Общая характеристика элективного курса.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мое профессиональное самоопределение» направлена на повышение социально-психологической компетентности учащихся 9 класса и предоставляет им помощь в выборе профиля обучения и профессиональном самоопределении.

Курс «Мое профессиональное самоопределение» позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный выбор профиля в старшей школе, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Курс «Мое профессиональное самоопределение» представлен в виде следующих содержательных разделов:

- «**Психология самопознания**»,
- «**Человек и профессия**».

Содержание раздела «Психология самопознания» посвящен лучшему пониманию себя, формирует у учащихся понятий: память, внимание, мышление, темперамент, характер, самооценка, самоопределение, профессиональное самоопределение, потребность, конфликт, мотив и мотивация.

Содержание раздела «Человек и профессия» посвящён развитию умений и навыков, необходимых при выборе профессии и продвижению по профессиональному пути, формирует у учащихся понятий: профессия, специальности, специализация, квалификация. Характеристика труда:

характер, процесс и условия труда. Классификация профессий, типы профессий, матрица выбора профессий.

Профессиональное самоопределение учащихся 9-го класса осуществляется в процессе познавательной, преобразовательной, ценностно – ориентационной и коммуникативной деятельности.

Познавательная деятельность призвана обеспечить профессиональное просвещение и профессиографическую грамотность учащихся. Переживание и осознание личностного смысла и значения профессионального самоопределения осуществляется в процессе ценностно – ориентационной деятельности, так как сознание человека включает не только знание, но и переживание того, что значимо для человека в связи с отношением к его потребностям. На основе единства познавательной и ценностно – ориентационной деятельности возникает рефлексия личности, благодаря которой формируется профессиональная направленность, смысл и цель жизни, интересы.

При составлении данного курса, мы опирались на следующие методические принципы:

- принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей детей;
- принцип комплексности методов психологического воздействия;
- принцип усложнения, позволяющий поддерживать интерес к работе и дающий ребенку возможность испытывать радость преодоления; трудностей;
- принцип учета объема материала, предполагающий внесение определенных изменений только после относительной сформированности того или иного умения;
- принцип учета оптимальной эмоциональной сложности материала, позволяющий создать благоприятный эмоциональный фон как в процессе работы, так и при ее окончании;
- принцип активного привлечения к участию в программе ближайшего социального окружения — родителей, других родственников, педагогов.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Происходящие в обществе социально-экономические изменения предъявляют к школе совершенно новые требования, выражающиеся в частности в том, что ее выпускникам уже недостаточно обладать широкими и разнообразными знаниями, навыками и умениями их самостоятельного пополнения. Они должны быть социально активными, а также ответственными людьми, обладающими определенным жизненным опытом, который поможет адаптироваться к суровым требованиям современной жизни в условиях рыночных отношений.

Происходят серьезные и глубокие изменения в личности современного школьника, интересы и потребности которого уже не ограничиваются лишь получением разносторонних знаний. Семья и сам школьник все настойчивее требуют внести изменения в содержание образования с тем, чтобы помочь выпускнику приобрести социальный опыт, который поможет ему быстрее адаптироваться в обществе, получить профессию, найти достойную работу, создать семью, грамотно отстаивать свои гражданские права.

Курс создан для того, чтобы помочь учащимся осознать необходимость личностного выбора из нескольких вариантов поступков или поведения в различных жизненных ситуациях и свою личную ответственность за сделанный выбор. Личный выбор и личная ответственность являются ключевыми понятиями данного курса.

Содержание курса в учебном плане «Мое профессиональное самоопределение».

Психология самопознания. Самопознание.

Самопознание и откровенность.

Личность. Жизненные ценности.

Познавательные процессы и способности личности.

Память. Внимание.

Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.

Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта.

Способности. Виды способностей. Условия развития способностей.

Психология личности.

Типы нервной системы. Типы темперамента.

Характер. Самооценка.

Самоопределение. Профессиональное самоопределение.
Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды.
Общение. Деловое общение.
Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Человек и профессия

Мир профессий

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.
Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.
Классификация профессий. Формула профессии.
Понятие профессиограммы.
Типы профессий. Матрица выбора профессий.
Характеристика профессий типа «человек – человек».
Характеристика профессий типа «человек – техника».
Характеристика профессий типа «человек – знаковая система».
Характеристика профессий типа «человек – природа».
Характеристика профессий типа «человек – художественный образ».

Профессиональное самоопределение.

Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)
Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности.
Профпригодность. Понятие компенсации способностей.
Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»)
«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо».
Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.
Рекомендации по выбору профессии.

Подготовка к будущей карьере.

Понятие карьеры. Виды карьеры.
Построение карьеры по вертикали и горизонтали.
Понятие должности.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Планируемые результаты изучения курса в 9 классе

Изучение курса внеурочной деятельности в 9 классе направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных (регулятивных, познавательных и коммуникативных) и предметных результатов.

Предметные результаты:

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и о профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а так же психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры.
- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- о современных формах и методах организации труда;
- о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений;
- о предпринимательстве;
- о рынке труда.

Метапредметные результаты:

- развивать самостоятельность;
- оценивать собственные возможности, способствующие овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;

- систематизировать, анализировать полученные данные;
- осваивать способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимые для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

Личностные результаты:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

В результате выполнения данной программы учащиеся должны знать сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- самоопределение;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация, типы и подтипы профессий;
- профессиограмма;
- профессиональная пригодность;
- проектирование профессионального жизненного пути;
- карьера, виды карьеры;
- личный профессиональный план;
- общение;
- самооценка;
- профпригодность;
- компенсация способностей;
- рынок труда.

Формы организации учебных занятий, основных видов деятельности

Проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств, таких, как:

- междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения;
- интерактивность (работа в малых группах, ролевые игры, тренинг);
- обучение через опыт и сотрудничество.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. (Большая часть практических заданий представлена в «Дневнике профессионального самоопределения старшеклассника» по курсу «Человек и профессия». На каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Предполагается также использование таких активных методов обучения, как эвристическая беседа, эвристический семинар, проблемное изложение учебного материала.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы, «Дневник профессионального самоопределения».

Способы и формы оценивания.

Система оценки планируемых индивидуальных достижений обучающихся

В процессе изучения элективного курса оцениваются прежде всего:

- предметная компетентность обучающихся (способность решать проблемы средствами предмета);
- ключевые компетентности обучающихся (коммуникативные, учебно-познавательные);
- общеучебные и интеллектуальные умения обучающихся (умения работать с различными источниками информации, текстами, таблицами, схемами, интернет - страницами и т.д.);
- умение обучающихся работать в парах (в коллективе, в группе), а также самостоятельно.

Результаты учебной деятельности учащихся 9 класса подводятся раз в пол года, после окончания элективного курса и проверки зачетной работы (учебного проекта «Выбор

образовательного маршрута в профессиональной карьере и модель портфеля моих достижений») с выставлением «зачтено» («не зачтено») в журнале для занятий по элективным курсам.

Элективный курс может быть оценен положительно, если обучающийся:

- посетил не менее 80 % занятий, предусмотренных программой курса;
- выполнил зачетную работу, предусмотренную программой элективного курса (подготовил и презентовал учебный проект).

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

Номер темы	Содержание учебного материала	Количество часов	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)
Раздел 1 Психология самопознания.		6	<p>Объяснять определение понятий: память, внимание, ощущение, восприятие, представление, воображение, мышление, темперамент, самооценка, конфликт, самоопределение, профессиональное самоопределение.</p> <p>Перечислять основные виды памяти; определять особенности своей памяти. Перечислять основные качества и виды внимания; определять особенности своего внимания.</p> <p>Выявлять свой тип мышления. Выявлять свой ведущий тип темперамента. Выявлять уровень самооценки. Проектировать индивидуальную модель поведения в конфликтных ситуациях. Определять свой уровень конфликтности.</p>
1	Самопознание.	1	
2	Познавательные процессы и способности личности.	2	
3	Психология личности.	3	
Раздел 2 Человек и профессия		11	<p>Объяснять определение понятий: профессия, специальность, специализация, квалификация.</p> <p>Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.</p> <p>Классификация профессий, понятие профессиограммы. Типы профессий. Подтипы профессий в сфере «человек-человек», «человек-техника», «человек-знаковая система», «человек-природа», «человек-художественный образ».</p> <p>Объяснять определение понятий: интересы, склонности, способности, специальные способности, профпригодность, рынок труда, работодатель, работник, мотив, мотивация.</p> <p>Выявлять собственные интересы и</p>
1	Мир профессий.	5	
2	Профессиональное самоопределение.	4	
3	Подготовка к будущей карьере.	1	
4	Повторение и систематизация учебного материала	1	

			склонности в профессиональной сфере деятельности. Объяснять определение понятий: карьера, должность, внутренняя оценка карьеры, внешняя оценка карьеры. Определять цели собственной будущей карьеры.
--	--	--	---

Календарно тематическое планирование.

№	Тема урока	Количество часов	Дата
	Раздел 1 Психология самопознания.	6	
1	Самопознание и откровенность. Личность. Жизненные ценности.	1	
2	Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	1	
3	Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта.	1	
4	Способности. Виды способностей. Условия развития способностей.	1	
5	Типы темперамента. Характер. Самооценка. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды.	1	
6	Профессиональное самоопределение. Общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	1	
	Раздел 2 Человек и профессия	11	
7	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	1	
8	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	1	
9	Типы профессий. Матрица выбора профессий. Характеристика профессий типа «человек – человек».	1	
10	Характеристика профессий типа «человек – техника». Характеристика профессий типа «человек – знаковая система».	1	
11	Характеристика профессий типа «человек – природа». Характеристика профессий типа «человек – художественный образ».	1	
12	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности.	1	
13	Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»).	1	

14	«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.	1	
15	Рекомендации по выбору профессии. Понятие карьеры. Виды карьеры.	1	
16	Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности.	1	
17	Обобщение. Построение личного профессионального плана.	1	

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Учебно-методический комплект

Белова, Т.В. Справочник начинающего профконсультанта / Т.В. Белова, И.А. Волошина, А.А. Солнцева. - М.: Просвещение, 1998.

Бобровская, Л.Н. Профессиональное самоопределение /Бобровская Л.Н. - М.: Глобус, 2008.

Бобровская, Л.Н., Сапрыкина Е.А., Просихина О.Ю. Элективный курс профессиональной направленности «Человек и профессия» / Л.Н.Бобровская, Е.А.Сапрыкина, О.Ю.Просихина. – М.: Глобус, 2007.

Климов, Е.А. Как выбрать профессию /Е.А. Климов. - М.: Просвещение, 1990.

Чистякова, С.Н. Элективные ориентационные курсы и другие средства профильной ориентации в предпрофильной подготовке школьников / С.Н.Чистякова.М.: АПК и ПРО, 2003

Чистякова, С.Н. Основы профессиональной ориентации школьников /С.Н.Чистякова/ под ред. В.А. Слостенина. М.:Просвещение, 1983.

Чистякова, С.Н. Технология профессионального успеха /С.Н.Чистякова. – М., 2003.

Кулагин, Б.В. Основы профессиональной психодиагностики./Б.В.Кулагин. - М., 1984.

Орлов, Ю.М. Самосознание и самовоспитание характера: Беседы психолога со старшеклассниками / Ю.М.Орлов. -М., 1987.

Петровский, А.В. Что мы знаем и чего не знаем о себе? /А.В. Петровский. - М., 1988.

Митина, Э.М. Психологическое сопровождение выбора профессии / по ред. Э.М. Митиной. – М., 2003.

Чистякова, С.Н., Журкина А.Я. Профессиональное самоопределение и профессиональная карьера молодёжи / под ред.С.Н.Чистяковой, А.Я. Журкиной.М.: Просвещение, 1993.

Чистякова, С.Н. Профессиональные пробы школьников /С.Н. Чистякова. - М.: Просвещение. 2000.

Процицкая, Е.Н. Выбирайте профессию /Е.Н. Процицкая. М.: Просвещение. 1991.

Процицкая, Е.Н. Практикум по выбору профессии / Е.Н. Процицкая. М., 1996.

Пряжников, Н.С. Профорентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы) /Н.С. Пряжников.М.: ВАКО, 2005.

Резапкина, Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки / Г.В. Резапкина. - М.: Генезис, 2005.

Резапкина, Г.В. Секреты выбора профессии / Г.В.Резапкина. - М., 2003.

Резапкина, Г.В. Я и моя профессия: программа профессионального самоопределения для подростков / Г.В.Резапкина. М., 2004.

Селевко, Г.К., Бабурина Н.И., Левина О.Г. Найди себя / Г.К. Селевко,Н.И. Бабурина, О.Г. Левина. - М., 2001.

Лернер, П.С., Михальченко Г.Ф., Прудило А.В. Твоя профессиональная карьера: учебник для 8-9 классов общеобразовательных учреждений / П.С.Лернер, Г.Ф. Михальченко, А.В.Прудило и др. – Под ред. С.Н. Чистяковой. - М.: Просвещение, 2006.

Черникова, Т.В. Профорориентационная поддержка старшеклассников / Т.В.Черникова, М.: Глобус, 2006.

Шавир, П.А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности / П.А.Шавир.М.: Педагогика,1981.

Ананьева, Е., Белоусова В. Энциклопедия для детей. Выбор профессии / под ред. Е. Ананьевой, В. Белоусовой. М.: Аванта, 2003.