

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2 имени Исаевой Антонины Ивановны»**

Пункт 2.1. Основной образовательной программы основного общего образования (в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Название курса внеурочной деятельности: «Выбор профессии»

8-9 класс

г. Нефтеюганск

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мое профессиональное самоопределение» для 8-9х классов 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 8-9х классов МБОУ «СОШ№2» им. А. И. Исаевой 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 понятия: 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 понятия: профессия, специальность, специализация, квалификация. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Классификация профессий, типы профессий, матрица выбора профессий.

Профессиональное самоопределение учащихся 8-9х классов 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 возрастнo-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.

### **Описание места курса внеурочной деятельности в учебном плане.**

Учебный план МБОУ «СОШ№2» им. А. И. Исаевой на изучение курса в 8-9х классах отводит 0,5 учебного часа в неделю в течение года обучения, всего 17 часов на 8-й и 17 часов на 9-й класс.

### **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.**

**Изучение курса внеурочной деятельности** 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 подводятся, после окончания элективного курса и защиты 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;
- подготовил и презентовал учебный проект.

### **Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.**

Тема	Количество часов	Формы урока	
		Лекцион-но - диагностическое занятие (Л)	Практическое занятие (П)
<b>8 класс      Что я знаю о своих возможностях (8 часов)</b>			
Цели и задачи программы «Психология и выбор профессии». Самооценка и уровень притязаний.	1	1	
Темперамент и профессия. Определение темперамента	1	1	
Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1	1	
Стресс и тревожность.	1	1	
Определение типа мышления	1	1	
Внимание и память	1	1	
Уровень внутренней свободы	1		1
Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»	1		1
<b>Что я знаю о профессиях ( 9 часов).</b>			
Классификация профессий. Признаки профессий.	1		1
Определение типа будущей профессии	1	1	
Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1		1
Интересы и склонности в выборе профессии.	1	1	

	Определение профессионального типа личности.	1	1	
	Профессионально важные качества	1		1
	Профессия и здоровье	1	1	
	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях» Защита проектов.	2		2
	Итого:	17ч.		
<b>9 класс.                   Способности и профессиональная пригодность. (8 часов)</b>				
	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1	1	
	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1	1	
	Способности к профессиям социального типа	1	1	
	Способности к офисным видам деятельности	1	1	
	Способности к предпринимательской деятельности	1	1	
	Артистические способности	1		1
	Уровни профессиональной пригодности	1		1
	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»	1		1
<b>Планирование профессиональной карьеры ( 9часов).</b>				
	Мотивы и потребности	1	1	
	Ошибки в выборе профессии	1		1
	Современный рынок труда	1		1
	Пути получения профессии	1	1	
	Навыки самопрезентации	1		1
	Стратегия выбора профессии	1	1	
	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»	1		1
	Защита проекта «Моя будущая профессия»	2		2
	Итого	17ч. 34 часа	19	15

## Календарно тематическое планирование.

Наименование раздела программы	Тема уроков	Дата		Форм а урока
		По плану	По факту	
Что я знаю о своих возможностях	Цели и задачи программы «Психология и выбор профессии». Самооценка и уровень притязаний.			Л-Д  Л-Д
	Темперамент и профессия. Определение темперамента			Л-Д
	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.			Л-Д
	Стресс и тревожность.			Л-Д
	Определение типа мышления			Л-Д
	Внимание и память			Л-Д
	Уровень внутренней свободы			П
	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»			П
	Что я знаю о профессиях	Классификация профессий. Признаки профессий.		
Определение типа будущей профессии				Л-Д
Профессия, специальность, должность. Формула профессии.				П
Интересы и склонности в выборе профессии.				Л-Д
Определение профессионального типа личности.				Л-Д
Профессионально важные качества				П
Профессия и здоровье				Л-Д
Обобщающий урок по теме «Что я о профессиях»				П



Способности профессиональная пригодность	и	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.			Л-Д
		Способности к интеллектуальным видам деятельности			Л-Д
		Способности к профессиям социального типа			Л-Д
		Способности к офисным видам деятельности			Л-Д
		Способности к предпринимательской деятельности			Л-Д
		Артистические способности			П
		Уровни профессиональной пригодности			П
		Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»			П
Планирование профессиональной карьеры		Мотивы и потребности			Л-Д
		Ошибки в выборе профессии			П
		Современный рынок труда			П
		Пути получения профессии			Л-Д
		Навыки самопрезентации			П
		Стратегия выбора профессии			Л-Д
		Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»			П
		Защита проекта «Моя будущая профессия»			П П

## 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. Сластенина. М.:Просвещение, 1983.
- Чистякова, С.Н.* Технология профессионального успеха /С.Н.Чистякова. – М., 2003.
- Кулагин, Б.В.* Основы профессиональной психодиагностики./Б.ВКулагин. - 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.* Профориентация 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.* Профориентационная 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.