


Муниципальное образование Тбилисский район
станция Тбилисская
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6»
имени Проничевой Серафимы Ивановны

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
МБОУ "СОШ №6" МО Тбилисский район
от 30 августа 2023 года протокол №12
Председатель  И.А.Костина



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По внеурочной деятельности «Я в мире профессии»
Уровень образования среднее общее образование, 9 класс
Количество часов 34 часа, в неделю 1 час
Учитель Косякова Любовь Сергеевна
Программа разработана в соответствии с ФКГОС-2004 и на основе программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии».
Автор: Г.В. Резапкина. Учебно-методическое пособие, Москва: «Генезис», 2011г., 208с.

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным Компонентом Государственного образовательного стандарта, утвержденным МО России 5 марта 2004 г. за № 1089 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 03.06.2008г. №164, от 31.08.2009г. №320, от 19.10.2009г. №427, от 10.11.2011г. №2643, от 24.01.2015г. №39, от 31.01.2012 №69) и на основе Программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии», Резапкиной Г.В., - М.: «Генезис», 2011г.

Программа учебного предмета «Профориентация» является частью профориентационной деятельности МБОУ «СОШ № 6».

Для реализации программы учебного предмета выделено по 1 часу в неделю в 9-х классах с сентября по май. Общее количество часов для освоения учебного предмета на уровне основного общего образования составляет 34 часа.

Начальный этап профессионального самоопределения подростка подразумевает его ориентацию в мире профессий, формирование первичных профессиональных намерений, соотнесение знаний о себе (своих способностях, возможностях, склонностях) с требованиями конкретной профессии. Профессиональные планы в этом возрасте весьма расплывчаты, аморфны, имеют характер мечты. Подросток чаще всего воображает себя в разных эмоционально привлекательных для него профессиональных ролях, но окончательный обоснованный выбор профессии сделать не может. Поэтому необходимо создать такие условия, которые будут способствовать выбору наиболее реальных и приемлемых вариантов образовательных маршрутов по окончании обучения в 9-ом классе: выбора возможности продолжить обучение в профильном 10-ом классе либо получение начального профессионального или среднего профессионального образования вне школы. От правильного выбора, прежде всего, будут зависеть благополучие и успех в жизни. Выбор должен строиться на основе оценки своих способностей и возможностей, желаний и предпочтений. Таким образом, для старших подростков актуальным является учебно-профессиональное самоопределение – осознанный выбор путей профессионального образования и профессиональной подготовки.

Во многом проблема выбора дальнейшего образовательного маршрута для подростков основана на низком уровне имеющихся знаний о мире профессий, в частности о новых направлениях подготовки, которые еще не заняли достойного места в нашей культурной традиции; на низком уровне психологической компетенции учащихся, включающей в себя знания о самом себе, а также знания о том, каким образом это можно эффективно использовать при выборе своего профессионального пути в жизни. Кроме того, уровень ситуативной тревожности учащихся 9-ых классов значительно возрастает по мере приближения сдачи ГВЭ и поэтому на данный момент является наиболее актуальной проблемой, перекрывающей (на время) актуальность профессионального самоопределения. Именно поэтому выбор дальнейшего образовательного маршрута «откладывается» на более поздние сроки (после сдачи ГИА), что значительно затрудняет возможность принятия взвешенного решения.

Таким образом, профессиональная помощь подросткам необходима и является одним из важнейших направлений их успешной самореализации в дальнейшем.

Цель курса: актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда и их соотнесение.

Задачи курса:

- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- сформировать положительное отношение к самому себе, сознание своей индивидуальности, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- создать условия для совершенствования умений планирования, анализа и рефлексии для принятия взвешенного решения о дальнейшем способе получения образования: выборе профильного 10-го класса или получение начального профессионального или среднего профессионального образования;
- способствовать развитию коммуникативной компетентности, освоению разных форм и методов общения, осознанию своих возможностей в этой области, необходимой во всех профессиональных видах деятельности (хотя в разной степени).

Программа курса в большой степени направлена на формирование "Образа-Я" учащихся. В качестве методического средства, способствующего целенаправленной передаче учащимся знаний о самом себе, выступает развивающая диагностика. Такая диагностика предполагает использование в работе с учащимися комплекса методик, обеспечивающих, во-первых, возможность получения каждым учащимся информации о своих индивидуальных психологических качествах и степени их соответствия требованиям той или иной профессии и, во-вторых, возможность развития этих качеств (в процессе выполнения практических упражнений).

Программа развивающей диагностики охватывает 4 сферы, характеризующие индивидуальные психологические ресурсы личности:

1. мотивационную (склонности и интересы);
2. характерологическую (черты характера, проявляющиеся в системе ведущих отношений личности - к деятельности, другим людям, самому себе, предметному миру);
3. интеллектуальную (сформированность интеллектуальных способностей);
4. социально-психологическую (коммуникативные качества личности).

В конце каждого урока есть контрольное задание, состоящее из пяти вопросов, что обеспечивает обратную связь и возможность коррекции содержания последующих занятий.

Планируемые результаты изучения предмета.

Выпускник научится:

- оценивать личностную значимость профессионального самоопределения;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план на основе знаний о своих особенностях и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- находить сведения о путях получения профессионального образования, используя максимальное количество источников информации.

Выпускник получит возможность научиться:

- оценить свои индивидуальные особенности как важный фактор профессионального самоопределения (уровень развития психических процессов, особенности характера, темперамента, развитие общих и специальных способностей и т.д.);*
- познакомиться с современной ситуацией на рынке труда в районе, республике, государстве; с перечнем наиболее востребованных в республике специалистов и возможностями обучения за счет целевых средств работодателя;*
- познакомиться с возможными путями получения профессии, имеющимися в Ельце учебными заведениями профессионального образования разного уровня*

Содержание учебного курса.

Программа подготовки учащихся 9-х классов предполагает систематическое, последовательное изучение тем, позволяющих учащимся расширять свои знания и умения в области выбора дальнейшего образовательного маршрута. Темы занятий постепенно расширяют область применения полученных данных. Учащиеся последовательно в течение учебного года получают знания о своих возможностях и способностях, расширяют знания о профессиях и их востребованности на рынке труда, учатся планировать самостоятельный карьерный рост.

Программа учебного предмета предполагает опору учащихся в выборе профессии на собственные индивидуальные особенности, интересы и стремления. Содержание учебного предмета примерно распланировано с учетом учебных четвертей и состоит из 4-х основных разделов: «Что я знаю о своих возможностях», «Что я знаю о профессиях», «Способности и профессиональная пригодность», «Планирование профессиональной карьеры».

В конце каждого урока есть контрольное задание, состоящее из пяти вопросов, что обеспечивает обратную связь и возможность коррекции содержания последующих занятий.

Обязательной частью занятий по профориентации в данной программе является использование тестирования и индивидуальная оценка полученных результатов. Все занятия проводятся фронтально в условиях класса. Некоторые темы занятий предполагают выполнение самостоятельных заданий учащимися дома, что дает возможность оценить уровень

сформированности самостоятельности учащихся в решении задач профессионального самоопределения.

В программу включен раздел «Сервис и туризм», рекомендованный к введению в объеме не менее 3-х часов в год Министерством образования, науки и молодежной политики Краснодарского края (приказ 26.06.2018г, № 47-13-10984/18)

Примерное планирование занятий :

1 Что я знаю о своих возможностях - 9ч.

Урок 1. Самооценка и уровень притязаний – 1ч.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по выбору профессий. Составление личного профессионального плана и защита проекта «Моя будущая профессия» как итог работы. Самопрезентация, самооценка в профессиональной деятельности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех.

Диагностические процедуры. Самооценка индивидуальных качеств по методикам «Кто Я?», «Какой Я?».

Урок 2. Темперамент и профессия. Определение темперамента- 1ч.

Темперамент и свойства нервной системы. Стабильность - чувствительность, интроверсия - экстраверсия. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления в профессиональной деятельности.

Практическая работа. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация личностного опросника Г. Айзенка «Определение темперамента».

Урок 3. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций- 1ч.

Чувства и эмоции, их роль в профессиональной деятельности. Способы выражения. Регуляция эмоционального состояния.

Практическая работа. Самоанализ эмоциональных состояний.

Диагностические процедуры. Модификация теста Басса-Дарки «Тест эмоций».

Урок 4. Стресс и тревожность- 1ч.

Тревожность. Эустресс и дистресс. Реакция на стресс. Связь с темпераментом, личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием.

Практическая работа. Анализ качеств характера, провоцирующих конфликты, препятствующих возникновению конфликтов.

Диагностические процедуры. Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций».

Урок 5. Определение типа мышления - 1ч.

Мышление как средство познания. Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Ведущий тип мышления как индивидуальный способ преобразования информации. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-

образное. Тип мышления и успешность в определенных видах профессиональной деятельности. Креативность.

Практическая работа. Анализ основных характеристик мышления. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Определение ведущего типа мышления».

Урок 6. Внимание и память - 1ч.

Общее представление о внимании и памяти. Основные свойства внимания: устойчивость, объем, переключаемость, распределение, концентрация. Основные функции памяти. Слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая память. Условия развития внимания и памяти. Роль в профессиональной деятельности.

Практическая работа. Упражнения «Двойной счет», «Муха». Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры: Методика «Воспроизведение рядов цифр», «Отыскание чисел», «Корректирующая проба».

Урок 7. Уровень внутренней свободы - 1ч.

Уровень внутренней свободы как субъективное ощущение человека. Влияние на отношение к событиям своей жизни и принятие решений. Зависимость от внешних обстоятельств, мнения окружающих, средств массовой информации.

Практическая работа. Анализ ситуаций.

Диагностические процедуры: методика «Уровень внутренней свободы».

Урок 8 Обобщающий

Практическая работа «Мой психологический портрет». Психологический кроссворд.

Урок 9. Классификации профессий. Признаки профессии-1ч.

Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Предмет, цели, средства, условия труда. Профессии типа «человек-человек», «человек-техника», «человек-природа» «человек - знаковая система» «человек-художественный образ».

Практическая работа. Упражнения «По горячим следам», «Назови профессию». Работа со «словарем профессий».

2 . Что я знаю о профессиях – 7 ч.

Урок 10. Определение типа будущей профессии - 1ч.

Характеристика профессий по признакам профессиональной деятельности.

Практическая работа. Игры «Аукцион», «По горячим следам». Работа со словарем профессий.

Диагностические процедуры. Методика Е.А. Климова «Определение типа будущей профессии».

Урок 11. Профессия, специальность, должность. Формула профессий - 1ч.

Виды трудовой деятельности. Отличия профессии от других видов трудовой деятельности. Профессия, специальность, должность. Формула профессий. Понятие о профессиограмме.

Практическая работа. Упражнения «Найди профессии», «По горячим следам». Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация методики Н.С. Пряжникова «Формула профессии».

Урок 12. Интересы и склонности в выборе профессии - 1ч.

Склонности, желания, интересы личности. Содержание, глубина, длительность интересов. Формирование интересов и склонностей. Связь интересов с особенностями темперамента.

Практическая работа. Анализ возможных направлений профессиональной деятельности.

Диагностические процедуры. Модификация методики А. Голомштока «Карта интересов».

Урок 13. Определение профессионального типа личности - 1ч.

Связь между психологическим типом человека и его профессией. Типы личности (по Дж. Голланду): реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический. Приспособленность различных типов к профессиональным областям.

Практическая работа. Анализ профессионального типа личности. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация методики Дж. Голланда «Определение профессионального типа личности».

Урок 14. Профессионально важные качества личности - 1ч.

Качества личности, необходимые для успешности профессиональной деятельности. Требования профессии к человеку. Черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области.

Практическая работа. Анализ профессиональных типов личности и черт характера, особенностей мышления, свойств нервной системы. Игра «Профессионально важные качества».

Урок 15. Профессия и здоровье - 1ч.

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Требования к здоровью человека. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Условия и режим труда.

Практическая работа. Анализ медицинских ограничений профессиональной пригодности. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Мое здоровье» (опросник «Вегетативная лабильность»).

Урок 16. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях» - 1ч.

Модель будущей профессии. Самоанализ.

Практическая работа. Анализ профессий, соответствующих интересам и склонностям, состоянию здоровья. Работа с психологическим кроссвордом.

3 . Способности и профессиональная пригодность- 10ч.

Урок 17. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. - 1ч.

Задатки, общие и специальные способности. Условия развития способностей. Способности к практическим видам деятельности: к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, формированию двигательных навыков.

Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Определение технических способностей» (фрагмент Теста механической понятливости Бенета).

Урок 18. Способности к интеллектуальным видам деятельности - 1ч.

Уровень общего умственного развития как условие успешной профессиональной деятельности. Условия развития интеллектуальной активности.

Практическая работа. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Тест умственного развития» (Школьный Тест Умственного Развития в модификации Г. Резапкиной).

Урок 19. Способности к профессиям социального типа - 1ч.

Личностные особенности человека, обеспечивающие успешность профессий социального типа: эмоциональная устойчивость, умение общаться, тип темперамента, поведение в конфликтных ситуациях. Взаимодействие в профессиях социального типа. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Практическая работа. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Особенности поведения в конфликтных ситуациях».

Урок 20. Способности к офисным видам деятельности - 1ч.

Интеллектуальные и личностные особенности, определяющие успешность профессиональной деятельности людей, относящихся к офисному типу. Профессионально важные качества: аккуратность, потребность систематизировать и классифицировать информацию.

Практическая работа. Работа со словарем профессий. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Интеллектуальная лабильность» (авторская модификация).

Урок 21. Способности к предпринимательской деятельности - 1ч.

Профессионально важные качества руководителя и предпринимателя: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость.

Практическая работа. Анализ профессионально важные качества руководителя и предпринимателя, степени развития этих качеств. Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Стратегия разрешения конфликтных ситуаций».

Урок 22. Эстетические способности - 1ч.

Специальные способности: артистические, литературные, музыкальные, способности к изобразительному искусству. Функциональная асимметрия.

Практическая работа. Анализ принадлежности к «мыслителям» или «художникам», определение активности и доминирования правого или левого полушария. Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Мыслитель или художник».

Урок 23. Уровни профессиональной пригодности - 1ч.

Степени профессиональной пригодности человека: профессиональная непригодность к конкретной профессии, профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий, соответствие конкретной профессиональной деятельности, призвание. Призвание - высший уровень профессиональной пригодности. Истоки отношения человека к труду. Классификация типов личности Э. Фромма: рецептивный, эксплуататорский, стяжательский, рыночный, творческий.

Практическая работа. Анализ продуктивности типов личности (по Э. Фромму).

Урок 24. Обобщающий

Практическая работа «Мой психологический портрет». Психологический кроссворд.

Урок 25. Мотивы и потребности - 1ч.

Мотивы трудовой деятельности. Уровень профессионализма, мотивация, система ценностей человека. Мотивация как важнейшее условие профессиональной самореализации личности. Пирамида человеческих потребностей Маслоу.

Практическая работа. Анализ профессиональной и внепрофессиональной мотивации, анализ жизненно важных ценностей.

Диагностические процедуры. Методика Головахи «Определение мотивации».

Урок 26. Ошибки в выборе профессии - 1ч.

Основные ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, влияние других лиц. Причины ошибок в выборе профессии.

Практическая работа. Анализ возможных причин ошибок выбора профессии, анализ достоинств и недостатков профессий, работа со словарем профессий, игра «Оптимисты» и «Скептики».

4 Планирование профессиональной карьеры – 8 ч.

Урок 27. Современный рынок труда - 1ч.

Рынок труда как система социально-экономических взаимоотношений. Закон спроса и предложения. Трудовое соглашение или контракт. Заработная плата и квалификация специалиста, уровень профессиональной подготовки, опыт работы, личностные и профессионально важные качества человека.

Практическая работа. Анализ современного рынка труда и потребности в специалистах, анализ «мышеловок» (вариантов заманчивых предложений), работа со «словарем профессий».

Урок 28. Пути получения профессии - 1ч.

Способы получения профессии. Среднее специальное образование. Система высшего профессионального образования. Очная и заочная форма обучения, дистанционная форма обучения, экстернат. «Горизонтальная» и «вертикальная» карьера.

Практическая работа. Анализ направлений и специальностей (работа с «Матрицей профессионального выбора»). Работа со «словарем профессий».

Урок 29. Навыки самопрезентации - 1ч.

Самопрезентация. Структура «Образ – Я» как система представлений о себе: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Внутреннее состояние человека и его внешние проявления. Внешний вид, грамотная речь.

Практическая работа. Упражнения «Личное пространство», «Работа над ошибками», «Резюме», «Анкета кандидата на должность».

Урок 30. Стратегия выбора профессии - 1ч.

Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Целеполагание в профессиональной деятельности. Условия достижения целей.

Практическая работа. Анализ профессионального будущего, составление личного профессионального плана. Упражнение «Машина времени».

Урок 31. Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры» - 1 ч.

Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры. Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере.

Практическая работа. Упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности.

Уроки 32-34. Современные профессии сферы сервиса и туризма, возможности их получения и перспективы карьерного роста. Экскурсия на предприятие индустрии сервиса и туризма. Тестирование обучающихся «соответствие личностных требований к специалистам сферы сервиса и туризма»