

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 65 имени Героя Советского Союза В.Д.Андриенко»  
городского округа Самара  
(МБОУ Школа № 65 г.о. Самара)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курс 8 и мой выбор

Количество часов по учебному плану 17 в год  
ставлена в соответствии с программой 8 и мой выбор

## Пояснительная записка

### Обоснование необходимости программы

Ранняя юность — единственная пора социально-узаконенного, общественно необходимого выбора растущим человеком своего собственного будущего. Ведущий вид деятельности обучающихся данного возраста — учебно-профессиональный. Характерной чертой его является формирование жизненных планов, связанных с выбором профессии. К выбору профессии не многие молодые люди подходят основательно, так как это требует длительного времени и большой мыслительной аналитической деятельности. Старшеклассники чаще всего хотят определить свой будущий жизненный путь и трудовую деятельность без вмешательства взрослых, что порождает дополнительные трудности в процессе принятия ими соответствующих решений. С одной стороны, они еще не знают, что такое профессиональный труд и чем конкретно придется заниматься человеку, избравшему для себя ту или иную профессию. С другой стороны, не могут полностью представить себе, как адаптироваться к условиям будущей профессии. И здесь, как правило, они создают идеал собственного будущего, которое оторвано от реальности. Большинство юношей и девушек выбирают профессию, руководствуясь именно этим идеалом, в дальнейшем у них возникают разочарование и желание попробовать себя в другой сфере; таким образом, выбор профессии осуществляется методом “проб и ошибок”.

Рабочая программа составлена на основе программы Резапкиной Г. В., «Я и моя профессия»: Программы профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. — 2-е изд., исправл. — М.: Генезис, 2004. — 125 с.

Стремительный переход российского общества к новым формам хозяйственной деятельности привел к возрастанию потребности общества в инициативных, предприимчивых, компетентных и ответственных специалистах. В подготовке таких специалистов важная роль принадлежит общеобразовательной школе, поэтому профессиональное самоопределение обучающихся — социально-значимый раздел обучения.

Актуальность курса определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, проектирование, обдумывание профессионального жизненного пути, «профессионального старта». Правильно сделанный выбор — это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности.

В психологическом плане самоопределившаяся личность — это субъект, осознавший,

- что он хочет (цели, жизненные планы, склонности),
- что он есть (интеллект, личностные и физические свойства),
- что он может (возможности и способности),
- что от него хочет общество, и что он ждет от общества.

Обучающимся для принятия решения, выбора «старта в профессию» нужно хорошо знать мир профессий, их требования к человеку и рейтинг на рынке труда, он должен правильно и реально оценивать свои возможности, способности и интересы. По сути дела, он стоит перед решением сложной творческой задачи со многими неизвестными, а подготовить его к успешному решению этой задачи должна система профориентации в образовательном учреждении

### **Цель программы:**

- Сформировать психологическую готовность к совершению осознанного профессионального выбора с учётом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся с ОВЗ.

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные задачи:**

1. Формирование актуального для подростков “информационного поля” мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии;
2. Повышение уровня психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;

#### **Воспитательные задачи:**

1. Определение степени соответствия “профиля личности” и профессиональных требований, внесение корректив в профнамерения обучающихся;
2. Выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений;

#### **Развивающие задачи:**

1. Развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;
2. Формирование готовности к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязаний.

Организация занятий по программе “Мой выбор” опирается на использование следующих важных принципов:

- свободного выражения своего мнения;
- взаимоуважения;
- доверительности;
- обратной связи;
- безоценочности

Продолжительность курса: 17 часов (9 класс).

Периодичность занятий: 1 час в неделю в течение 1-го полугодия.

Принципы и подходы, лежащие в основе программы:

Программа реализует личностно-ориентированный подход в обучении и воспитании обучающихся.

**По результатам курса девятиклассники должны овладеть:**

- знаниями о значении профессионального самоопределения;
- правилами выбора профессии;
- знаниями об определении профессии и профессиональной деятельности;
- понятиями об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятиями темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры;
- требования современного общества к профессиональной деятельности человека;
- понятие рынка профессионального труда и образовательных услуг;

**Обучающиеся должны уметь:**

- находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля и пути продолжения образования;
- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ставить цели и планировать действия для их достижения;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях (по общим признакам профессиональной деятельности);
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

**Методы и средства организации и осуществления учебно-познавательной деятельности обучающихся:**

1. Словесные, наглядные, практические(по источнику изложения учебного материала).

2. Методы контроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности: Устные, письменные проверки и самопроверки результативности овладения знаниями, умениями и навыками. Контрольные письменные работы выполняются в форме тестирования.

3. Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности: поощрения в формировании мотивации, чувства ответственности, обязательств, интересов в овладении знаниями, умениями и навыками.

Средства, с помощью которых осуществляется изучения курса психологии: тесты, мультимедийные презентации, развивающие задания, обучающие фильмы.

### **Содержание программы:**

Программа курса даёт многостороннее освещение профессиональной деятельности человека. Она составлена таким образом, что обучающиеся могут изучить проблему многосторонне: часть учебного материала обучающиеся получают в форме теоретических знаний, другая часть материала направлена на практические работы в форме дискуссий, диагностических процедур, сочинений, развивающих процедур, тестовых методик.

По желанию обучающихся ими могут быть выполнены реферативные, проектные и исследовательские работы по отдельным темам курса.

**Тема I. Что я знаю о своих возможностях (5 часов).** Содержание занятий. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Темперамент и выбор профессии. Интересы и выбор профессии. Склонности и профессиональная направленность. *Диагностические методики:* опросник Айзенка, «Тип мышления», «Тест интеллектуального потенциала», опросник Басса-Дарки. *Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**Тема II. Что я знаю о профессиях (4 часа).** Знакомство с понятием “профессия”, профессиограмма. Классификация профессий по Е.А. Климову: типы профессий, требования профессии к человеку, орудия труда, условия труда. Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром профессий. *Практическая работа:* составление формул профессий. *Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов. *Диагностические методики:* ДДО, «Профессиональная пригодность и здоровье», «Профиль».

**Тема III. Способности и профессиональная пригодность (4 часа).** Свойства нервной системы, их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности, значение нервной системы в профессиональной деятельности. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Работоспособность. Условия и режим работы. Определение своего профессионального типа личности. *Диагностические методики:* «Профессиональный тип личности» Дж. Голланда, «Социальный интеллект». *Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**Тема IV. Планирование профессиональной карьеры (4 часа).** Система профессионального образования в РФ и возможности приобретения профессии в Москве. Профессии, которые востребованы на современном рынке труда. Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии. *Практическая работа:* работа с анкетой на

определение основных мотивов выбора профессии;упражнение «Резюме». *Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов.

### Календарно-тематическое планирование по элективному курсу «Профессиональное самоопределение. Мой выбор»

| №<br>п\п  | Тема   | Кол-<br>во<br>часов | Дата  |
|---|--|---------------------|-------|
| <b>I. Что я знаю о своих возможностях</b>               |  | 5                   |       |
| 1   | Вводное занятие.   | 1                   | Сент. |
| 2   | Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия.                        | 1                   | Сент. |
| 3   | Чувства и эмоции. Стресс и тревожность.  | 1                   | Сент. |
| 4   | Определения типа мышления.   | 1                   | Сент. |
| 5   | Внимание и память. Уровень внутренней свободы.                                   | 1                   | Окт.  |
| <b>II. Что я знаю о профессиях</b>                      |  | 4                   |       |
| 6   | Классификации профессий. Признаки профессии. Определение типа будущей профессии. | 1                   | Окт.  |
| 7   | Профессия, специальность, должность. Интересы и склонности в выборе профессии.   | 1                   | Окт.  |
| 8   | Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества.    | 1                   | Окт.  |
| 9   | Профессия и здоровье.  | 1                   | Нояб. |
| <b>III. Способности и профессиональная пригодность.</b> |  | 4                   |       |
| 10  | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.  | 1                   | Нояб. |
| 11  | Способности к интеллектуальным видам деятельности и профессиям социального типа. | 1                   | Нояб. |
| 12  | Способности к офисной и предпринимательской деятельности.                        | 1                   | Нояб. |
| 13  | Артистические способности. Уровни профессиональной пригодности.                  | 1                   | Дек.  |

|    |   |    |      |
|----|---|----|------|
|    | <b>IV. Планирование профессиональной карьеры</b>    | 4  |      |
| 14 | Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии.    | 1  | Дек. |
| 15 | Современный рынок труда. Пути получения профессии.  | 1  | Дек. |
| 16 | Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. | 1  | Дек. |
| 17 | Обобщающий урок.                                    | 1  | Дек. |
|    | <b>Всего</b>  | 17 |      |

### **Список литературы:**

1. Резапкинна Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004. – 125 с.
2. Пряжников Н.С. “Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2005.
3. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под науч. ред. Л.А. Обуховой.- М.: «Вако», 2005.
4. Л.А.Ясюкова Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников (часть 1): Методическое руководство, Спб: «ИМАТОН», 2005

### **Для обучающихся (дополнительно):**

1. Резапкина, Г. В., Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2005.
2. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2005.

