

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

РАССМОТРЕНА  
и рекомендована к утверждению  
на заседании МО  
Протокол № 1 от 20.08.2020 г.  
Председатель МОС



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ Школа № 65



УТВЕРЖДЕНЫ  
ПРОФ. СОУЗ  
Директор МБОУ Школа № 65  
г.о. Самара



Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
«Мое профессиональное самоопределение»  
для 9 класса

на 2020-2021 гг.

## 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 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, 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.

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

Учебный план МБОУ СОШ с. Киселёвка на изучение курса в 9 классе отводит 0,5 учебного часа в неделю течение года обучения, всего 17 часов.

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

			<p>мотивация.</p> <p>Выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности.</p> <p>Объяснять определение понятий: карьера, должность, внутренняя оценка карьеры, внешняя оценка карьеры. Определять цели собственной будущей карьеры.</p>
--	--	--	--

### Календарно тематическое планирование.

№	Тема урока	Количество часов	Дата
	<b>Раздел 1</b> <b>Психология самопознания.</b>	<b>6</b>	
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	
	<b>Раздел 2</b> <b>Человек и профессия</b>	<b>11</b>	
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. Сластенина. 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 молодежи / 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.