государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

Самарской области средняя общеобразовательная школа №2 города Сызрани

городского округа Сызрань Самарской области

Рассмотрена на заседании методического объединения _____ Протокол № 1 от «28» 08 2019 г.	Проверена Заместитель директора по УВР Тофеева ФИО	Утверждена Приказом № 140 от 28.08.19 Директор школы Л.И. Ахмерова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Психология и выбор профессии

(наименование учебного предмета, уровень обучения)

9 классы, 34 часа

(классы освоения, количество часов)

Пояснительная записка

Рабочая программа «Психология и выбор профессии» по внеурочной деятельности составлена с соответствии с Федеральным государственным стандартом основного общего образования (Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в ФГОС ООО, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897») авторской программы «Психология и выбор профессии» (программа предпрофильной подготовки) (автор Резапкина Г.В.) и реализует общекультурное направление внеурочной деятельности в ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани.

Цель программы: формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Задачи программы:

1. Формирование актуального для подростков информационного поля мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии, планирования карьеры;
2. Определение степени соответствия профиля личности и профессиональных требований;
3. Приобретение практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности обучающегося;
4. развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;
5. Выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений и их динамики;

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе

формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

Познавательные универсальные учебные действия:

1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение

Содержание курса внеурочной деятельности

9 класс (17 часов)

1. Введение в курс (1 час). Основные теоретические сведения Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Обсуждение правил работы на занятиях. Сбор информации.

2. Что я знаю о профессиях. (7 часов). Основные теоретические сведения о понятиях «профессия», «специальность» «должность». Рассматриваются основные классификации профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии Характеристика труда: содержание, характер, процесс и условия труда. Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Диагностические пробы в рамках установленных тем.

3. Способности и профессиональная пригодность (2 часа). Соотнесение разных видов способностей к определенным типам профессиональной деятельности. Изучение уровней профессиональной пригодности.

4. Планирование профессиональной карьеры (6 часов). Определение собственных мотивов и потребностей при выборе профессии. Рассмотрение современного рынка труда. Развитие навыка написания резюме и самопрезентации. Изучение ошибок в выборе профессии.

5. Итоги курса (1 час). Оценить изменения и достижения учащихся. Обобщить основные знания и навыки детей, полученные или в течение года.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия, мероприятия	Кол-во час	Форма организации занятия	Основные виды и задачи внеурочной деятельности учащихся.
1	Введение в курс	1 ч.	Познавательная беседа	- познакомиться со структурой занятий - определить основные цели и задачи курса
2	Классификация профессий. Признаки профессии	1 ч.	Поисковая беседа	- познакомиться с разными классификациями профессий - научиться соотносить профессию и ее типологию
3	Определение типа будущей профессии	1 ч.	Самодиагностика	- определить тип будущей профессии с помощью методики Е.А. Климова - научиться соотносить индивидуальные результаты диагностики с установленными параметрами
4	Профессия, специальность, должность. Формула профессии	1 ч.	Поисковая беседа	-познакомиться с понятиями «профессия», «специальность», «должность» - научиться разграничивать данные понятия - определить собственную формулу профессии (цель труда – предмет труда, средства труда – условия труда)
5	Интересы и склонности в выборе профессии	1 ч.	Активная лекция	- актуализировать понятия «интересы» и «склонности» - научиться соотносить склонности и интересы и типами профессий
6	Определение профессионального типа личности	1 ч.	Самодиагностика	- определить профессиональный тип личности с помощью модифицированной методики Дж. Голланда - научиться соотносить индивидуальные результаты диагностики с установленными параметрами
7	Профессионально	1 ч.	Практичес	- научиться анализировать

	важные качества		кая работа	черты характера, особенности мышления и свойства нервной системы (тип темперамента) как профессионально важные качества - развивать умение работать в группах, учитывать мнение другого человека
8	Профессия и здоровье	1 ч.	Круглый стол	- познакомиться с медицинскими ограничениями профессиональной пригодности - научиться соотносить факторы, ограничивающие профессиональный выбор и типы профессий по условиям труда
9	Способности и профессиональная пригодность	1 ч.	Практическая работа с элементами тренинга	- актуализировать понятие «способности», виды способностей - определить наличие способностей к разным видам профессиональной деятельности
10	Уровни профессиональной пригодности	1 ч.	Активная лекция	- познакомиться с уровнями профессиональной пригодности - научиться определять по кейсам уровень профессиональной пригодности
11	Мотивы и потребности	1 ч.	Тренинг	- актуализировать понятия «мотивы», «мотивация», «потребности» - определить и проанализировать собственные мотивы профессиональной деятельности
12	Ошибки в выборе профессии	1 ч.	Поисковая беседа	- познакомиться с типичными ошибками в выборе профессии - научиться определять по кейсам ошибки при профессиональном самоопределении
13	Современный рынок труда	1 ч.	Круглый стол	- познакомиться с состоянием современного рынка труда - научиться анализировать рынок труда в своем регионе
14	Пути получения профессии	1 ч.	Практическое занятие с элементам	- познакомиться с путями получения профессии (среднее специальное образование, высшее

			и тренинга	образование, дополнительная профессиональная переподготовка) - определить подходящий для учащегося путь получения профессии
15	Навыки самопрезентации	1 ч.	Деловая игра	- научиться составлять резюме - отработать навыки представления себя
16	Стратегия выбора профессии	1 ч.	Активная лекция	- познакомиться со стратегией выбора профессии «хочу – могу – надо» - отработать данную стратегию на кейсах.
17	Итоги курса	1 ч.	Круглый стол	- учиться оценивать собственные полученные знания за пройденный курс

ПРИЛОЖЕНИЕ

Мониторинг освоения курса внеурочной деятельности «Психология и выбор профессии»

МЕТОДИКА “ГОТОВНОСТЬ К ВЫБОРУ ПРОФЕССИИ”

(адаптация А.П. Чернявской)

Методика представляет собой опросник, включающий 99 вопросов с дихотомической формой ответа (да, нет). Предназначена для учащихся 9 – 11-х классов.

Цель: определение уровня готовности к адекватному профессиональному выбору.

Форма проведения: индивидуальная, групповая.

Опросник состоит из пяти шкал: “автономность” (20 вопросов); “информированность” (17 вопросов); “ориентация во времени” (планирование) – 20 вопросов; “принятие решения” – 20 вопросов; “эмоциональное отношение” – 22 вопроса. Вопросы отдельных шкал распределены в методике в случайном порядке.

Краткая характеристика шкал

Автономность

Определяется следующими параметрами: понимание целостности своей личности; стремление реализовать возможность в практических действиях, иметь глубокие знания и навыки хотя бы в одной области. Общая ориентация на успех. Знание шагов, которые необходимо сделать для приобретения знаний и навыков. Принятие на себя ответственности за собственные действия. Самостоятельный опыт планирования своих поступков, умение соотносить свои действия с требованиями общества. Умение прогнозировать профессиональный рост; однородность профессиональных предпочтений в. течение длительного времени. Собственная активность в получении информации и выборе профессионального пути. Компромисс между желаниями и возможностями, осознание необходимости таких компромиссов.

Для возникновения основных признаков автономности необходим определенный набор новообразований:

• человек должен ощутить свою независимость от родителей (в делах, мыслях, поступках);

• от внешней детерминации своего поведения он должен перейти на самодетерминацию;

• он должен осознавать свой идеальный образ Я-концепции и стремиться к его достижению.

Информированность

Оценивается степень информированности о мире профессий в целом; об отдельных профессиях или группах профессий.

Понятие “информированность о мире профессий” включает следующее:

• осознание подразделения мира профессий по предмету и целям труда, орудиям производства;

• знание понятий культуры труда, трудовой дисциплины, структуры предприятия, принципов оплаты;

• знание отдельных профессий;

• знания или практические умения, касающиеся приобретения профессии, поиска и поступления на работу, требуемого уровня образования для различных профессий; того, как удержаться на работе, как совершенствовать свой профессионализм. Предполагается, что большой объем информации о мире профессий в целом должны иметь школьники четвертого класса. В четвертом классе сформированность профессиональной позиции характеризуется рядом показателей:

• положительное отношение к любому виду труда;

• определенный уровень осведомленности относительно основных массовых профессий;

• умение различать связи между профессиями, отраженные в классификации;

• умение выделять основные требования профессии к человеку;

• стремление к самооценке в контексте профессионального самоопределения.

Информированность об отдельных профессиях или группах профессий включает знания о физических и социально-экономических условиях работы по профессии, требованиях профессии к человеку (психофизиологические особенности, познавательная сфера, личностные качества), требованиях к уровню образования, возможностях получения образования; перспективах профессионального роста; знание социально-экономических потребностей общества, конкретного региона и потребности в кадрах отдельных предприятий.

Принятие решения

Важным условием развития умения принимать решения является автономность и самостоятельность человека, когда он принимает на себя ответственность за решение и его последствия, когда он в состоянии самостоятельно выдвигать и оценивать альтернативу.

Для того чтобы принимать эффективные решения, учитывающие все факторы ситуации и ее перспективы, важно наличие определенных качеств, способностей, знаний и навыков, основными среди которых являются следующие:

• любознательность, любопытство – желание и умение собирать и накапливать информацию;

• предвидение, предусмотрительность – способность предвосхищать проблемы и заранее готовить альтернативы;

• здравый смысл, проницательность – способность соотнести имеющуюся информацию с рассматриваемой проблемой и оценить ее;

• решительность – способность поручиться за принятое решение и взять на себя ответственность за него;

• делегирование полномочий – умение эффективно разделить авторитет и ответственность с коллегами;

• планирование – умение разработать для коллектива реальный, конкретный и действенный план решения проблемы;

• оценка риска – способность оценить потенциальный риск принятого решения; ответственность за риск – способность оценить риск и взять ответственность на себя;

• контроль – способность получить в процессе решения проблемы именно тот результат, который планировался.

Планирование (“ориентация во времени”) Предполагает оценку временной перспективы в профессиональном плане: “Кем я буду?”, “Где я буду учиться?”, “Первая работа, дальнейшие перспективы”, пути и средства достижения ближайших жизненных целей: ознакомление, проба сил, самообразование; оценка вероятных внешних препятствий, своих возможностей и запасных вариантов.

Включает также способность выделять события, являющиеся единицами анализа жизненного и профессионального пути (поступление на учебу, выбор и смена работы и т.д.). Анализ или прогноз конкретных событий позволяют человеку составить целостное представление о своей жизни, ее прошлом, настоящем и будущем.

Эмоциональное отношение к ситуации выбора профессии Включает отношение к разным профессиям, профессиональным группам и к необходимости принятия решения о выборе профессии. Данный показатель включает в себя не только отношение к разным вариантам выбора, но и отношение к планированию, к тому, что надо принять какое-то решение, отношение к ответственности за решение, к тому, что при этом надо проявлять активность, идти на компромисс и т.д. Эмоциональный компонент профессиональной готовности выражается в общем настрое человека и тесно связан с эмоциональным компонентом зрелости личности, который проявляется в положительном эмоциональном настроении, жизненном оптимизме, эмоциональной уравновешенности и переносимости неудач. Отсутствие эмоционального отношения зачастую говорит не об излишней рациональности, а об отсутствии значимости для человека ситуации принятия решения или о скрываемом страхе принятия решения.

Инструкция: “Вам предлагается ряд утверждений об особенностях ваших представлений о мире профессий. Если вы согласны с тем, что написано в утверждении, то в Листе ответов поставьте знак „+", если не согласны – знак „–". Постарайтесь не думать долго над ответом, нас интересует ваша первая реакция. Ответить необходимо на все вопросы. Надеемся на вашу искренность. Заранее благодарим”.

Лист ответов

№	Вопрос/утверждение	К
1.	Я отношусь к тем людям, которые выбирают не конкретную профессию, а уровень образования	
2.	Я не принимаю серьезных решений мгновенно	
3.	Когда мне нужно решиться на какое-то важное дело, я самым серьезным образом оцениваю свои способности	
4.	Я знаю, в каких условиях я буду работать	
5.	Я анализирую свое прошлое	
6.	Я тяжело переношу неудачи в жизни	
7.	Я знаю обязанности, которые я буду выполнять на работе	

8.	Меня обязательно будут уважать за мои знания и опыт	
9.	Я ищу в прошлом истоки того, что со мной происходит в настоящем	
10.	Мне не нравится, что поиск дела по душе требует больших усилий	
11.	Все мои действия подчинены определенным целям	
12.	У меня вошло в привычку думать о том, что со мной происходило раньше	
13.	По моему мнению, знание будущей работы до мельчайших подробностей не оградит от разочарований	
14.	Я приложу все усилия, чтобы иметь высокие знания и навыки хотя бы в одной области (практической или теоретической)	
15.	У меня стало привычкой анализировать важные события моей жизни	
16.	Я ничего не делаю без причины	
17.	Меня вполне устраивает моя пассивность	
18.	Я задумываюсь о том, что меня ждет в будущем	
19.	Я предпочитаю спокойную, малоответственную работу	
20.	Я отношусь к тем людям, которые поступают необдуманно	
21.	Я буду менять места работы до тех пор, пока не найду то, что мне нужно	
22.	Первая же крупная неудача может выбить меня из седла	
23.	Я не задумываюсь о своем будущем	
24.	Я не выберу работу, требующую большой отдачи	
25.	Я знаю самого себя	
26.	Я буду добиваться своего, даже если это вызовет недовольство родных и близких	
27.	Чем больше профессий я узнаю, тем легче мне будет выбрать	
28.	Мне не нравится быть самостоятельным	
29.	Я не собираюсь заранее планировать уровень образования, который я хотел бы получить	
30.	Меня страшат ситуации, в которых я должен сам принимать решения	
31.	Я не жалею времени на обдумывание вариантов сложных математических задач	
32.	Когда меня постигают неудачи, я начинаю думать, что ни на что не способен	
33.	Я не представляю себя работником, решающим производственные и личные проблемы, связанные с производством	
34.	Я вряд ли смог бы выполнить производственные задания без помощи руководителя	
35.	Мне трудно узнать о перспективах, которые дает та или иная профессия	
36.	Я считаю, что интуиция основана на знании	
37.	Чтение справочников о профессиях ничего мне не дает	
38.	У меня нет устойчивых взглядов на мое профессиональное будущее	
39.	В моей жизни мало успехов	
40.	Я стремлюсь целенаправленно узнавать о профессиях, учебных заведениях и местах работы	
41.	Я очень беспокоюсь, смогу ли я справиться с трудностями, а может, и неудачами в своей профессиональной жизни	
42.	Я признаю только обдуманный риск	
43.	Многие мои планы срываются из-за моей неуверенности в себе	
44.	Я отношусь к тем людям, которые живут настоящим	
45.	Я с детства привык доводить начатое до конца	
46.	Я боюсь делать важные шаги в своей жизни	
47.	Я знаю, что мне интересно	
48.	Было время, когда я строил образ “идеальной профессии” без конкретного названия	
49.	Когда я иду на компромисс, у меня портится настроение	
50.	Я готов приложить много усилий, чтобы добиться того, что мне нужно	
51.	Я знаю, чего я добьюсь в жизни	
52.	Я могу назвать профессии, которые интересовали меня в детстве	
53.	Я мало задумываюсь о своей жизни	
54.	Я не могу определить своего отношения к тому, что мне необходимо принимать решения	

55.	В оценке профессий эмоции у меня играют большую роль	
56.	Если я чего-то очень захочу, я преодолею любые препятствия	
57.	У меня нет определенных требований к будущему	
58.	При принятии решений я полагаюсь на интуицию	
59.	Мне не нравится, когда от меня требуют инициативы и, активности	
60.	Я знаю, что у меня есть такие черты характера, которые совершенно необходимы для моей профессии	
61.	Я – соломинка, влекомая течением жизни	
62.	Когда я думаю о том, что мне нужно выбирать профессию и место работы (учебы), у меня портится настроение	
63.	При выборе из двух или нескольких возможностей я полагаюсь на ту, которая внешне более привлекательна	
64.	Своим поведением в настоящем я строю фундамент для будущего	
65.	Если что-то помешает мне получить выбранную профессию, я легко поменяю ее на другую	
66.	Я никогда не задумывался, по каким законам устроен мир профессий	
67.	Я считаю, что люди, которые многого достигли в жизни, знали, почему они поступают так, а не иначе	
68.	Практическая работа (в кружках, на УПК, практике) очень помогла мне в понимании мира профессий	
69.	Я с трудом уживаюсь с другими людьми	
70.	Я сознательно стремлюсь к достижению намеченных целей	
71.	Любой совет, данный мне со стороны, может поколебать мой выбор профессии	
72.	Я знаю, что для меня в жизни важно	
73.	Я не доверяю тому, что написано в книгах о профессиях	
74.	Я планирую свою жизнь хотя бы на неделю вперед	
75.	Я не знаю, почему я выбрал именно эту профессию	
76.	Лучший способ познакомиться с профессией – поговорить с ее представителем	
77.	Мне не нравится, когда много думают о будущем	
78.	В учебном заведении я получу все необходимые знания и больше никогда учиться не буду	
79.	Я знаю область, в которой я добьюсь больших успехов, чем в других	
80.	Заранее известных способов изучения мира профессий не существует	
81.	Мне не нравится, когда много рассуждают о том, кем быть	
82.	Мне трудно спланировать свою жизнь даже на неделю вперед	
83.	Я считаю, что в обществе все равны по своему положению	
84.	Большинство сведений о профессиях я воспринимаю как ненужные	
85.	Фактически я выбрал (выбираю) учебное заведение, не думая, где я буду работать после его окончания	
86.	Мне все равно, будут ли уважать меня на работе как профессионала	
87.	В своих поступках я всегда опираюсь на проверенные сведения	
88.	Все, что со мной происходит, – дело случая	
89.	Мне не хочется брать на себя ответственность за выбор профессии	
90.	В важных решениях я не иду на компромиссы	
91.	Я не доверяю рекламе профессий	
92.	Я не понимаю причин многих моих поступков	
93.	Мои самооценки совпадают с тем, как оценивают меня друзья	
94.	Я не понимаю самого себя	
95.	Я начинаю нервничать, когда задумываюсь о том, что меня ожидает	
96.	Мой опыт показывает, что от анализа своих мыслей и переживаний пользы мало	
97.	Я не знаю, как осуществить свой профессиональный выбор	
98.	Я могу отказаться от многого, сейчас ценного для меня, ради перспективных профессиональных целей	

99.	Я представляю, каким я буду через 10 лет	

Ключ

Автономность

Номер	8	14	19	24	30	34	45	50	53	57	61	65	71	75	78	83	86	92	94	96

Информированность

Номер	1	4	7	13	21	27	35	37	40	48	66	68	73	76	80	84	91
Знак	+	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-

Принятие решения

Номер	2	3	11	16	20	25	31	36	42	47	51	56	58	63	67	72	79	87	90	93
Знак	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+

Планирование

Номер	5	9	12	15	18	23	29	38	44	52	60	64	70	74	82	85	88	97	98	99
Знак	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+

Эмоциональное отношение

Номер	6	10	17	22	26	28	32	33	39	41	43	46	49	54	55	59	62	69	77	81	89	95
Знак																						