

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Самарской области
Кинельское управление
ГБОУ СОШ пос. Кинельский

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

Вдовина К.В.
Приказ №1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

Ахмедова С.Н.к.
Приказ № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

X 

50EB71515A041450, И.С. Зиятдинова
директор

Приказ №350-ОД от
30.08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности
«В лабиринте выбора»
Для обучающихся 8 классов

пос. Кинельский, 2023

Пояснительная записка

Настоящая программа составлена на основе Федерального Государственного Образовательного Стандарта (ФГОС), Устава школы ГБОУ СОШ пос. Кинельский, на основе программы **Резапкиной Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2018.**

Выбор профессии – важное звено в жизненном и профессиональном становлении человека. Именно профессия предоставляет возможность человеку удовлетворить основную гамму своих потребностей, реализовать себя как личность.

В настоящее время в мире существует огромное количество профессий. Появляются новые профессии, изменяются характер и содержание профессионального труда, вызванная активным внедрением современной техники и прогрессивных технологий во все сферы человеческой жизни. Современному выпускнику порой трудно правильно сориентироваться в таком многообразии возможностей, и часто выбор профессии происходит стихийно. Современная социально-экономическая ситуация делает процесс профессионального самоопределения молодежи все более сложным. Учащиеся должны найти оптимальное соотношение между собственными интересами и склонностями, потребностями рынка труда и возможностями, предоставляемыми рынком образовательных услуг.

Для учащихся старших классов основными вопросами их образовательного развития являются выбор профиля и направления продолжения обучения после 7-го класса. Разрешение этих вопросов поможет им сориентироваться в выборе дальнейшего пути получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности.

Данная программа знакомит школьников с общими основами выбора профиля обучения (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного профиля, так и о пути дальнейшего образования.

Особенностью предлагаемой программы является межпредметная направленность, позволяющая учащимся на практике применять знания из различных областей, дает возможность на практике использовать методики самоорганизации, самопознания и самоконтроля. Программа адаптирована к местным образовательным условиям, составлена с учетом регионального компонента Вологодской области, с учетом

востребованности определенных профессий на современном рынке труда.

Основной **целью** курса является формирование у учащихся личностной готовности к первичному профессиональному самоопределению, а именно к выбору профиля обучения в старшей школе, а также к выбору вида и уровня образования после

- помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности;
- подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;
- расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;
- обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной

обучить планированию профессиональной карьеры.

Формы организации учебного процесса: фронтальные, групповые, парные, индивидуальные. В программе использованы различные типы занятий. В них входит профессиональная диагностика с использованием надёжных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач,

1. Общая характеристика программы

Программа внеурочной деятельности «Мои первые шаги в профессию» знакомит школьников с общими основами выбора профиля обучения (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного профиля, так и о пути дальнейшего образования.

Особенностью предлагаемой программы является межпредметная направленность, позволяющая учащимся на практике применять знания из различных областей, дает возможность на практике использовать методики самоорганизации, самопознания и самоконтроля. Программа адаптирована к местным образовательным условиям, составлена с учетом регионального компонента Вологодской области, с учетом востребованности определенных профессий на современном рынке труда. Программа внеурочной деятельности «Мои первые шаги в профессию» разработана в соответствии с учебным планом на основе программы Резапкиной Г.В. Психология и выбор

профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2018.

Изменения, внесённые в программу: программа рассчитана на **34** часа (1 час в неделю). **Учебно-методический комплект:**

- Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: Рабочая тетрадь.- М.: Генезис, 2018. В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, раздаточный материал.

Для оценки результативности программы предусмотрено проведение стартовой, рубежной и итоговой работы.

При реализации программы внеурочной деятельности «Мои первые шаги в профессию» привлекается педагог-психолог школы.

2. Описание места учебного курса в учебном плане.

Занятия проводятся с учащимися старших класса.

3. Сроки реализации программы:

Данный курс рассчитан на 34 часа.

Время и место проведения: 1 раз в неделю.

Для каждого занятия необходимо подготовить листы бумаги (или тетради), карандаши, ручки, фломастеры, а также необходимый раздаточный материал

Описание условий для реализации программы.

Работа на занятиях организуется в режиме тренинга, занятие проводится в круге, учащиеся на каждом уроке ведут записи в тетрадях на печатной основе.

Должны быть сформированы:

– знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной деятельности человека, о рынке профессионального труда и образовательных услуг; о возможностях получения образования не только в условиях избираемого профиля, но и в дальнейшей перспективе; о психологических основах принятия решения в целом и выборе профиля обучения, в частности;

– умения находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля обучения и пути продолжения образования; объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью; ставить цели и планировать действия для их достижения; выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;

– знания о психологических особенностях процесса общения, его структуре,

закономерностях и средствах, а также эффективном использовании различных средств;
_ _представления о способах саморегуляции в условиях межличностного взаимодействия.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами являются:

- проявление познавательных интересов и активности в данном курсе;
- выражение желания учиться и трудиться для дальнейшего осуществления своих желаний; -овладение установками, нормами и правилами научной организации своей деятельности;
- самооценка способностей для труда в различных сферах с позиции будущей социализации;
- становление самоопределения в выбранной сфере будущей профессиональной деятельности; -планирование образовательной и профессиональной карьеры.
- стремление к саморазвитию, открытость изменениям и новому опыту,
- автономность, независимость (способность отделять свои цели и потребности от целей других (группы, друзей, родителей, СМИ).

Метапредметными результатами являются:

- планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
- определение адекватных способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач; -самостоятельная организация и выполнение различных работ;
- приведение примеров, подбор аргументов, формирование выводов по обоснованию выбора профессии и отражение в устной или письменной форме результатов своей деятельности;
- выявление потребностей профессии;
- выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;
- согласование и координация совместной деятельности с другими ее участниками;
- оценивание своей познавательной деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм; -диагностика результатов деятельности по принятым критериям и показателям;

Предметными результатами являются:

-рациональное использование учебной и дополнительной информации для выбора профессии; -классификация видов профессий;
-планирование деятельности по выбору профессии;
-проведение различных исследований и социального опроса по потребностям в различных профессиях;
-документирование результатов исследований и опросов;
-оценивание своих способностей и готовности к выбранной профессии;
-допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

4. Содержание курса

Раздел 1. Человеческие возможности при выборе профессии.

Тема 1. Вводный урок. Основы профессионального самоопределения.

Значение в жизни человека принятия правильного решения о профессиональном выборе. Понятие «Профессия». Определение мотивации выбора профессии.

Тема 2. Темперамент и выбор профессии. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.

Понятие «темперамент». Определение типов темперамента (методика Резапкиной). Влияние темперамента на профессию. Тепинг-тест.

Тема 3. Интересы и выбор профессии.

Интересы и склонности в выборе профессии. Формирование интересов, их виды и проявление в различных видах деятельности. Определение типа будущей профессии (опросник Климова Е.А.). Методика «Профиль».

Тема 4. Склонности и профессиональная направленность. Профессиональный тип личности. Классификация профессий по типам. Склонности и профессиональная направленность. Анкета «Определение профессиональных склонностей» (Йовайши). Тест «Профессиональный тип личности» (Голланд).

Тема 5. Чувства и эмоции.

Понятие «чувства» и «эмоции». Способы проявления эмоций. Типы агрессивного поведения. Эмоциональность личности и выбор профессии. Практические задания/упражнения на проявление и узнавание эмоций. Тест эмоций.

Тема 6. Познавательные способности при выборе профессии.

Диагностика интеллектуальной сферы (памяти, внимания, мышления).

Методика «Эрудит». Выявление уровня познавательного развития и успешности обучения учащихся. Мышление и выбор профессии. Упражнения для тренировки и развития внимания.

Тема 7. Общее представление о психических процессах: память внимание.

Общее представление о памяти. Виды памяти, процессы памяти. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. Диагностика оперативной логической памяти (Ясюкова). Знакомство с приемами и техниками запоминания и возможностями развития памяти. Внимание, его виды. Характеристики внимания и выбор профессии. Упражнения для тренировки и развития внимания.

Тема 8. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы.

Мышление и выбор профессии. Упражнения для развития внимания.

Тема 9. Способности и профессиональная пригодность.

Понятие и виды способностей. Характеристика способностей. Способности и профессионально важные качества, профессиональная пригодность. Соотношение требований разных групп профессий к личностным, физиологическим, интеллектуальным особенностям человека.

Тема 10. Профессия и здоровье.

Понятие «профессиональное здоровье». Влияние карьеры на здоровье и здоровья на карьеру. Возможные воздействия профессиональной деятельности на здоровье, факторы профессионального риска возникновения заболеваний. Противопоказания по отдельным группам профессий, ограничения профпригодности. Проблема профилактики психоэмоционального напряжения в профессиональной деятельности. Психологический практикум. Тест «Образ жизни».

Тема 11. Человек среди людей.

Общение и его роль в жизни человека. Виды общения. Схема осуществления коммуникации. Барьеры на пути коммуникации. Деловое общение. Методы и средства эффективного общения. Умение слушать.

Раздел 2. Основные подходы к индивидуальному выбору профессии

Тема 12. Мотивы и потребности.

Мотивационная сфера человека. Классификация мотивов выбора профессии. Две поведенческие стратегии: мотивация «достижения успеха» и мотивация «избегания неудачи». Методика «Мотивы выбора профессии»

Тема 13. Классификация профессий.

Классификация профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Путешествие по карте профессий.

Раздел 3. Профессиональные маршруты

Тема 14. Рынок образовательных услуг в Кинеле и Самаре.

«Образовательная карта». Высшие учебные заведения на территории Кинеля и Самары. Среднетехнические факультеты и профессиональные училища. Рыночные отношения в сфере труда. Рынок рабочих и учебных мест. Работодатели на территории Череповца и Вологодской области.

Тема 15. Рынок образовательных услуг в России.

Формирование предложения и спроса на современном рынке труда (актуальные рабочие места, спрос и предложение на современном рынке труда). Встреча с представителями Центра занятости.

Раздел 4. Профориентация: от сбора информации до выбора профессии

Тема 16. Резюме. Навыки самопрезентации.

Понятия резюме и автобиография, различия и сходство. Требования, предъявляемые к резюме. Рассмотрение вариантов. Создание собственного резюме.

Тема 17. Профориентационная игра «Работодатель».

Практические задания на развитие навыков самопрезентации в профессиональной сфере. Анализ трудностей и достижений по результатам выполнения заданий. Обмен личным опытом, чувствами и впечатлениями.

5. Тематическое планирование

| № | Наименование темы | Кол-во часов |
|---|---|---------------------|
| Раздел 1. Человеческие возможности при выборе профессии (16 час) | | |
| 1 | Вводный урок. Основы профессионального самоопределения. | 1 |
| 2 | Темперамент и выбор профессии. Свойства | 1 |

| | | |
|---|---|-----------|
| | нервной системы | |
| 3 | Интересы и выбор профессии. | 1 |
| 4 | Склонности | 1 |
| 5 | Чувства и эмоции. | 1 |
| 6 | Познавательные способности при выборе профессии: | 1 |
| 7 | Общее представление о психических возможностях | 2 |
| 8 | Мышление | 2 |
| 9 | Способности | 2 |
| 10 | Профессия и здоровье. | 2 |
| 11 | Человек среди людей. | 2 |
| Раздел 2. Основные подходы к индивидуальному выбору профессии – 4 ч. | | |
| 12 | Мотивы и потребности. | 2 |
| 13 | Классификация профессий. | 2 |
| Раздел3. Профессиональные маршруты – 9 ч.(внеклассные | | |
| 14 | Рынок образовательных услуг в Самаре и Самарской области. | 5 |
| 15 | Рынок образовательных услуг в России. | 4 |
| Раздел 4. Профориентация: от сбора информации до выбора профессии – 5 ч. | | |
| 16 | Резюме. Портфолио. Навыки | 2 |
| 17 | Профориентационная игра «Работодатель». | 2 |
| 18 | Итоговое занятие | 1 |
| ИТОГО: | | 34 |

Критерии и показатели усвоения материала.

1) Информационные

- сформированность представления о мире профессий;
- знание места каждого их градообразующих предприятий в истории города;
- знание основных направлений производств города, особенностей технологий;
- знание о возможностях получения специального профессионального образования

2) Исследовательские

- участие в проектной деятельности по изучению социальных, экономических и психологических сторон профессий;
- участие в проектах краеведческо-профориентационной направленности, изучающих возможности трудоустройства в городе;
- изучение путей овладения избранными профессиями

3) Практические

- сформированность ценностных ориентаций, стойких профессиональных интересов и мотивов выбора профессии;

_ готовность к самоанализу своих основных способностей и склонностей; _ определение профессиональных планов и намерений учащихся;

6. Учебно – методическое и программное обеспечение.

Авторская программа: Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2011.-208с.

Резапкина Г. В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков. Учебно-методическое пособие для школьников, психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2000.-126с.

Дополнительная литература для учителя.

1. Анастаси А. Психологическое тестирование: в 2 т. М., 2002
2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д, 1996
3. Куляпин А.С. Выбор профессионального маршрута. Программа для учащихся общеобразовательных школ / Под ред. Н.Н.Захарова. Пермь, 2004
4. Куляпин А.С. Выбор профессионального маршрута. Рабочая тетрадь для профессионального самоопределения учащихся / Под ред. Н.Н.Захарова. Пермь, 2004
5. Микляева А.В. Я - подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии (8 класс). – СПб., 2003
6. Ребус Б.М. Психологические основы делового общения: Учебное пособие. – М.: 2002
7. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). – М., 2005
8. Савченко М.Ю. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 класс): Практическое руководство – М., 2005
9. Садилова О.Л., Шевченко Ю.А. Психология делового общения. Пермь, 2004
10. Чистякова С.Н. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: Элективный ориентационный курс (9 класс): Учебное пособие /С.Н. Чистякова, Н.Ф.Родичев, Е.О.Черкашин. – 2-е изд., стер. – М.: Образовательно-издательский центр «Академия»; 2005

Дополнительная литература для учащихся:

1. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. .- М.: Генезис, 2005.-124с.
2. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – Сб.: Питер, 2006.-214с.
3. Психология популярных профессий/под ред. Л.А.Головей. СПб.:Речь, 2003.
4. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Психология для старшеклассников 10-11 кл.-М.: Владос, 2001. – 276с.
Интернет ресурсы: Резапкина Галина,

Методический кабинет

<http://metodkabi.net.ru/index.php?id=glavn#ur>

Интернет ресурсы: А. Я. Психология: описания психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов

<http://azps.ru/training/2/trn158.html>

7. Приложение.

Методики для начальной и заключительной диагностики:

1. Выбрали ли вы свою будущую профессию?
2. Назовите выбранную вами профессию.
3. Чем обусловлен Ваш выбор, что привлекает Вас в избранной профессии:
А) её престижность
Б) комфортные условия труда
В) высокая материальная заинтересованность
Г) близость к месту жительства
Д) перспективность профессионального роста
Е) общение с людьми
Ж) романтичность профессии
З) семейная традиция
И) независимость в работе
К) возможность творческой деятельности
- другое (укажите)

4. Что вы

знаете о своей будущей профессии?

- А) предмет, содержание, условия

труда Б) профессионально важные качества В) где можно получить эту профессию
Г) спрос на эту профессию на рынке

1. Что мне дало изучение этого элективного курса? Какие знания умения, навыки я приобрел?
2. Мое мнение о содержании, способах проведения занятий?
3. Что мне не понравилось при изучении курса и

Методика «ПРОФПЛАН»

Это методика позволяет сделать вывод о том, насколько хорошо вы на данный момент Соединяющие их стрелки это переходы между этапами. На стрелках или под стрелками поместите условия перехода (что нужно для того, чтобы этот переход произошёл).

Важно работать самостоятельно, потому что если вы напишите, как у соседа вы узнаете о нём, а не о себе. Не нужно ничего специально выдумывать, пишите только те этапы и условия, о которых вы уже сейчас размышляете. План может быть рассчитан на разное число лет. Не нужно стараться раздвигать эти границы, нужно описывать тот план, который вы рассматриваете.

Обработка результатов

Показатель качества *профплана* – степень его зрелости, которая определяется по 4 критериям: *вариативности, перспективности, реалистичности, конкретности.*

Вариативность – число независимых ветвей.

Перспективность – число лет, на сколько заглядывает профплан. *Реалистичность* – число условий/ число стрелок.

Конкретность – число конкретных профессий / число прямоугольников.

Зрелость - совокупность вариативности, перспективности, реалистичности, конкретности. Уровни зрелости профплана – 1-низкий, 2- средний, 3 – высокий.

Если число независимых «ветвей» профплана меньше 3-х – *вариативность* профплана низкая, если больше 4-х – высокая.

5. Что мне дало изучение этого элективного курса? Какие знания умения, навыки я приобрел?
6. Мое мнение о содержании, способах проведения занятий?

7. Что мне не понравилось при изучении курса и
Приложение 4.

Анкета для выявления готовности школьников к выбору профессии (подготовлен профессором В.Б. Успенским)

Цель: определение готовности учащихся к выбору профессии.

Учащимся предлагается прочитать нижеперечисленные утверждения и выразить свое согласие или несогласие с ними ответами «да» или «нет».

1. Вы уже твердо выбрали профессию.
2. Основной мотив выбора материальные интересы.
3. В избранной профессии вас привлекает сам процесс труда.
4. Вы выбираете учебное заведение, потому что туда пошли учиться ваши друзья.
5. 5. Вы выбираете место учебы, потому что оно недалеко от дома.
6. Согласны ли вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии?
7. Как вы думаете, учителя одобрили бы ваш выбор?
8. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
9. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии.
10. Вы консультировались о выборе профессии.
11. Главное в выборе профессии — возможность поступить в учебное заведение.
12. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
13. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
14. Вы уверены, что родственники помогут вам поступить в вуз.
15. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой профессии.
16. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то вы будете пытаться вносить.
17. Для правильного выбора профессии достаточно вашего слова «хочу».

Обработка и интерпретация результатов

Анкета обрабатывается сразу, данные заносятся в тетрадь.

1 балл за каждый ответ «да» на вопросы: 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 22, 23. 1 балл за каждый ответ («нет») на вопросы: 2, 4, 5, 9, 10, 13, 15, 18, 21, 22

Подсчитайте сумму и определите уровень готовности школьников к выбору профессии по следующей шкале:

0—6 баллов неготовность; 7—12 баллов низкая готовность; 13—18 баллов — средняя готовность; 19—24 балла — высокая готовность.