

КОПИЯ ВЕРНА

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №21 им В. Овсянникова-Заярского»**

Рассмотрено
на заседании методического
объединения, протокол № 1
от 30.08.2022г.
руководитель МО _____

Принята
на Педагогическом совете школы
протокол № 1
от 31 августа 2022г

Утверждаю
директор школы
_____ Е. А. Левицкая
приказ № 176 от 31 августа 2022г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
"Я и моя профессия. В поисках своего призвания"
направление: социальное
9 класс
на 2022-2023 учебный год

Составитель:
Гурова Виктория Николаевна
Педагог-психолог

г. Нижневартонск, 2022г.

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Цель курса внеурочной деятельности
3. Результаты курса
4. Содержание курса
5. Календарно-тематическое планирование
6. Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение

1. Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Я и моя профессия. В поисках своего призвания» предназначена для обучающихся 9 классов МБОУ СШ № 21.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования.

Реформа российского общества предъявляет новые требования к системе образования: необходимо не только организовать образовательный процесс и дать знания, но и подготовить выпускника школы к жизни и профессиональной работе в новых экономических условиях. В системе образования заметно усилился процесс реорганизации — идет работа над образовательными стандартами, изменяется структура и спектр специальностей, появились альтернативные образовательные учреждения. Однако при этом, как и ранее, больше внимания уделяется получению академических знаний и значительно меньше — овладению практическими навыками работы в условиях изменяющейся экономики. Выпускники общеобразовательной и профессиональной школ страдают от неопределенности своей будущей карьеры. Многие из них нуждаются в специальном консультировании и психологической помощи. Поэтому особое значение приобретает помощь учащимся в выборе профессии.

В настоящее время рынок профессий и рынок образовательных услуг в России оказываются практически не связанными: примерно 50 % выпускников вузов реально работают не по той специальности, по которой они получили образование, около 60 % выпускников средних специальных заведений и 70 % выпускников профессионально-технических училищ ежегодно оказываются не востребованными предприятиями и организациями.

По определению психологов, фокус мировоззренческих поисков юности - проблема смысла жизни. Задавая себе вопрос о смысле жизни, о своей индивидуальности, - какая она? Кто я такой? Какой у меня характер? Как мне жить в ладу с самим собой и другими? Эти и другие проблемы, вечные проблемы человечества, особенно остро волнуют ребят в юношеском возрасте. Именно в этом возрасте ребята начинают серьезно задумываться о своем будущем, строить жизненные планы.

Но как найти свое призвание? Сегодня призванием обычно называют единство субъективных склонностей и способностей к той или иной деятельности, в которой личность видит главную сферу самореализации. Но склонности и интересы сами формируются и изменяются в процессе деятельности. Резко выраженные, устойчивые и активные склонности у детей встречаются не так уж часто, считает И.С. Кон.

Выбор специальности приковывает человека к определенной сфере деятельности, в которой предметно реализуются его силы и способности, но это означает вместе с тем отказ от многих других видов деятельности. И хотя это совершенно в порядке вещей, сделать ответственный и самоограничивающий выбор отнюдь не просто. Очень часто приходится сталкиваться с такой ситуацией, когда ребята, сделавшие выбор относительно

своей будущей профессии и успешно сдавшие вступительные экзамены в высшее или среднее - специальное учебное учреждение, вдруг обнаруживают в первый же год обучения, что они совершили ошибку. Что та сфера деятельности, которую они выбрали для жизненного пути, о которой мечтали, совсем им не интересна.

Правильный выбор профессионального будущего для молодого человека является основой самоутверждения в обществе, одним из главных решений в жизни. Определение профессии включает в себя очень многое, но, прежде всего:

- ◆ кем быть;
- ◆ к какой социальной группе принадлежать;
- ◆ какой стиль жизни выбрать;
- ◆ какие цели определить для себя в будущем.

Процесс выбора профессии характеризуется многомерностью. Для правильного, адекватного выбора выпускнику школы приходится проделать большую внутреннюю работу:

- ◆ необходимо проанализировать свои ресурсы (интересы, способности, особенности личности);
- ◆ узнать и принять требования избираемой профессии;
- ◆ осознать потенциальные несоответствия личностных особенностей и особенностей профессий и оценить возможность или невозможность коррекции этих несоответствий.

Чем больше признаков учитывается при описании профессии, чем больше они относятся к психологическим, внутренним качествам человека, тем успешнее может быть выбор профессии на основе этого описания.

2. Цель курса:

актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся благодаря получению знаний о себе и о мире профессий через личностное развитие ученика, формирование у него способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности возможности с требованиями выбираемой профессии.

Задачи:

- активизация постановки и принятия проблемы самоопределения.
- формирование актуального для подростков «информационного поля»;
- активизация самопознания
- развитие умений выделять профессионально-важные качества профессии и соотносить их с собственными качествами
- развитие представлений о профессиональном образовании, возможностях трудоустройства и становления карьеры
- определение профиля обучения в соответствии со способностями, склонностями и желанием.

3. Результаты курса внеурочной деятельности

Программа курса помогает ребятам:

- узнать личностные индивидуально-психологические особенности;
- определить свои интересы и склонности;
- соотнести их с конкретными профессиями;
- понять некоторые закономерности развития человеческих отношений;
- выбрать путь продолжения образования и приобретения профессии;
- как найти работу и трудоустроиться.

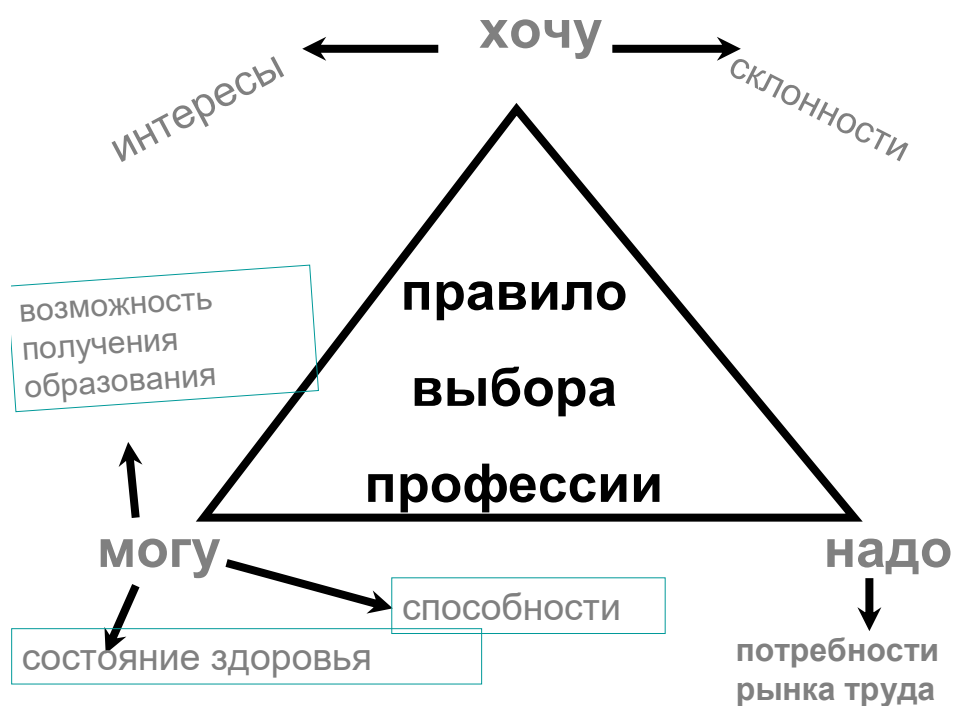
Результат занятий — «информация к размышлению» о себе, о своем профессиональном будущем, о взаимоотношениях с миром.

Курс построен с учетом информационной нагрузки школьника. Он не претендует на глубокий самоанализ. Цель его — содействовать в профессиональном самоопределении учащихся, дать подростку почувствовать радость самопознания, помочь ему осознать свою неповторимость, задуматься о своем будущем. У учащихся активизируется процесс профессионального и личностного самоопределения, повышается самооценка, происходит коррекция эмоционального состояния, совершенствуются навыки само презентации и уверенного поведения, которые помогут в успешной социальной и профессиональной адаптации, социализации в обществе.

Отличительной чертой этого курса является как результат:

- ✓ «профессиональное портфолио ученика», результат собственных исследований себя, которое включает в себя анализ диагностических исследований себя в плане профессиональной направленности, а именно:
 - Мои профессиональные интересы
 - Мои увлечения
 - Мои профессиональные склонности
 - Мой темперамент
 - Мой характер
 - Моя сила воли
 - Мышление
 - Память. Внимание
 - Мои эмоции
 - Моя самооценка
 - Мои притязания
 - Мои профессиональные предпочтения
 - Профессиональный тип личности
 - Профессиональный выбор. «Матрица выбора профессии».
 - Моя профессиональная готовность
 - Формула моей профессии
 - Резюме
 - Профиль обучения

- Получение образования и профессионально важные качества.
- ✓ творческие проекты учащихся как итог профессионального самоопределения в рамках изучения выбранной профессии, а именно защита проекта «Моя будущая профессия», включающий следующие разделы:
 - что это за профессия,
 - направления профессии,
 - история профессии,
 - уникальность и особенность профессии,
 - перспективы и заработная плата,
 - содержание детальности,
 - профессионально-важные качества,
 - медицинские противопоказания,
 - профессиональные интересы и склонности;
- ✓ сотрудничество в подготовке и защите проектов, а именно:
 - индивидуальные консультации при подготовке проектов,
 - защита проектов,
 - расширение кругозора учащихся в профессиональном выборе,
- ✓ выпуск памяток «Я и моя профессия. В поисках своего призвания». Составив «профессиональное портфолио» и защитив творческий проект, учащиеся смогут ответить на главные вопросы при выборе профессии:



Чтобы сделать правильный профессиональный выбор, необходимо знать мир профессий, знать, какие требования предъявляет профессия к человеку, надо изучить самого себя: свои личностные особенности, особенности мышления, нервной системы, характера и т. п.

На все эти вопросы учащиеся 9 классов могут ответить в результате изучения курса "Я и моя профессия. В поисках своего призвания».

4. Содержание, формы организации и виды внеурочной деятельности

Основное содержание	Формы организации	Виды деятельности
1 блок. Личностные особенности и профессионально-важные качества Что я знаю о своих возможностях. Знакомство с профессиональными интересами и склонностями. Определение личностных особенностей и эмоциональных состояний. Определение интеллектуальных качеств личности и мыслительных процессов. Классификация профессий. Что я знаю о мире профессий. Способности и профессиональная пригодность. Профессионально - важные качества. Профессиональные пробы. Личный профессиональный план.	Дискуссия Рассуждения Тестирование Ролевая игра	Изучение личностных особенностей, расширение знаний о себе. Умение высказывать свое мнение. Диагностика личностных особенностей
2 блок. Пути продолжения образования и приобретения профессии. Виды образования. Система профессионального образования, высшего образования.	Дискуссия Рассуждения Тестирование Ролевая игра Упражнения	Формирование информационного пространства. «Построение профессиограммы»
3 блок Поиск работы и трудоустройство.		Ассоциативный ряд «профессия».

Самопрезентация. Собеседование. Резюме. Источники получения информации о вакансиях. Востребованность выбранных профессий на рынке труда. Требования рынка труда. Выпуск профессионального портфолио. Определение профиля обучения. Защита проектов.		«Советы выбирающему» Коллаж на тему «Будущее» Упражнение «Фиксация уровня самоопределения». Информ - дайджест «Краткое описание профессий». Защита профессионального портфолио, проекта
---	--	--

5. Тематическое планирование

Курс рассчитан на 34 учебных недель из расчета 1 академический час на занятие. Учащиеся делятся на подгруппы.

- ✓ проверить на практике эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения, бесконфликтного общения;
- ✓ дискуссии и обсуждения;
- ✓ игровые упражнения;
- ✓ психодиагностика.

№ урока	Дата по факту класс	Темы занятия	Кол-во часов	Содержание урока
1 блок Личностные особенности и профессионально-важные качества				
1	9 а 1.09 9 б 7.09 9 в 6.09 9 г 5.09	Вводный занятие. Что я знаю о своих возможностях	1	Информирование о целях занятий, формирование положительной мотивации. Анкета №1, Упражнение «Кто Я?»
2	9 а 8.09 9 б 14.09 9 в 13.09 9 г 12.09	Проблема выбора профессии. Ошибки в выборе профессии.	1	Схема выбора профессии. Упражнение «Выбор».
3	9 а 15.09 9 б 21.09 9 в 20.09 9 г 19.09	Мои профессиональные интересы.	1	Тест «Карта интересов». Модификация О.Филлимоновой
4	9 а 26.09 9 б 28.09 9 в 27.09 9 г 26.09	Мои профессиональные склонности.	1	Опросник профессиональных склонностей Л.Йоваши.

5	9 а 6.10 9 б 5.10 9 в 4.10 9 г 3.10	Понятие о темпераменте. Определение темперамента	1	Тест Г.Айзенка
6	9 а 13.10 9 б 12.10 9 в 11.10 9 г 10.10	Темперамент и выбор профессии	1	Упражнение «Темперамент и профессия»
7	9 а 20.10 9 б 19.10 9 в 18.10 9 г 17.10	Характер	1	Тест «Сила характера»
8	9 а 27.10 9 б 26.10 9 в 25.10 9 г 24.10	Воля. Волевые качества	1	Тест «Сила воли» Упражнение «Определение волевых качеств»
9	9 а 9 б 9 в 9 г	Эмоции. Регуляция эмоциональных состояний.	1	Тест «Эмоции» (тест Баса-Дарки, модификация Резапкиной).
10	9 а 9 б 9 в 9 г	Диагностика особенностей мышления. Понятие мышления. Особенности мышления	1	Тест интеллектуального потенциала (П.Ржичан) – ТИП. Опросник типа мышления
11	9 а 9 б 9 в 9 г	Диагностика уровня сформированности основных мыслительных операций.	1	Тест умственного развития ТУР
12	9 а 9 б 9 в 9 г	Память. Виды памяти	1	Упражнение «Как определить свою память»
13	9 а 9 б 9 в 9 г	Внимание. Как оценить своё внимание	1	Упражнение «Оценка внимания»
14	9 а 9 б 9 в	Самооценка. Уровень притязаний.	1	«Моторная проба Шварцландера». Упражнение

	9 г			«Определение самооценки»
15	9 а 9 б 9 в 9 г	Классификация профессий. Что я знаю о мире профессий.	1	Тест ДДО (Дифференциально-диагностический опросник Климova). Тест Голланда
16	9 а 9 б 9 в 9 г	Представление типа профессий. Человек-человек. Человек-природа	1	Практическая работа. Защита творческих проектов «Моя будущая профессия»
17	9 а 9 б 9 в 9 г	Представление типа профессий. Человек-техника. Человек - художественный образ.	1	Практическая работа Защита творческих проектов «Моя будущая профессия»
18	9 а 9 б 9 в 9 г	Я и профессия. Формула профессии	1	Упражнение «Кинофильм», «Эти ужасные профессии». Практическая работа «Формула профессии».
19	9 а 9 б 9 в 9 г	Способности и профессиональная пригодность	1	Профорентационная анкета «Мои способности», «Мои предпочтения» Упражнение «Матрица выбора профессии»
20	9 а 9 б 9 в 9 г	Профессионально - важные качества.	1	Опросник профессиональной готовности ОПГ (Модификация В.Б.Успенского).
21	9 а 9 б 9 в 9 г	Профессиональные пробы	1	Профессиональные пробы профессий учитель, медицинский работник, фармацевт, врач. Растительный и ландшафтный дизайн.
22	9 а 9 б 9 в 9 г	Я - профессионал. Как достичь успеха в профессии.	1	Упражнение «Имидж конкурентно-способной личности» Упражнение «Интервью

				из будущего».
23	9 а 9 б 9 в 9 г	Что такое профессиограмма?	1	Формирование информационного пространства. Упражнение «Построение профессиограммы»
24	9 а 9 б 9 в 9 г	Личный профессиональный план	1	Упражнение «Личный профессиональный план» Анкета № 1
2 блок Пути продолжения образования и приобретения профессии				
25	9 а 9 б 9 в 9 г	Виды образования	1	Упражнение «Профессии и образование»
26	9 а 9 б 9 в 9 г	Система профессионального образования	1	Практическая работа «Где учиться?»
27	9 а 9 б 9 в 9 г	Особенности современной системы высшего образования	1	Упражнение «Паровозик»
3 блок Поиск работы и трудоустройство				
28	9 а 9 б 9 в 9 г	Самопрезентация. Собеседование	1	Упражнение «Самопрезентация» Упражнение «Что может мешать, что может помогать...»
29	9 а 9 б 9 в 9 г	Резюме	1	Упражнение «Составляем резюме»
30	9 а 9 б 9 в 9 г	Карьера	1	Тест «Нацелены ли Вы на карьеру?»
31	9 а 9 б 9 в 9 г	Источники получения информации о вакансиях. Востребованность выбранных профессий на рынке	1	Упражнение «Объявление», «Требуется...» Информация и статистика.

		труда		
32	9 а 9 б 9 в 9 г	Деловая игра «Кадровый вопрос»	1	Информ - дайджест «Краткое описание профессий»
33	9 а 9 б 9 в 9 г	«Подведем итоги...» Требования рынка труда.	1	Ассоциативный ряд «профессия» Упражнение «Советы выбирающему» Коллаж на тему «Будущее» Упражнение «Фиксация уровня самоопределения»
34	9 а 9 б 9 в 9 г	Выпуск профессионального портфолио. Определение профиля обучения. Защита проектов	1	Защита профессионального портфолио, проекта.
Итого 34 учебные недели в учебном году. 34 занятия.				

6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Список литературы

1. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам. - Москва; «ВАКО», 2009
2. Резапкина Г.В. «Я и моя профессия». Программа профессионального самоопределения для подростков. - Москва, «Генезис», 2009.
3. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. - Москва, «Генезис», 2011.
4. Резапкина Г.В. «Я и моя профессия». Программа профессионального самоопределения для подростков. Рабочая тетрадь учащегося. - Москва, «Генезис», 2011.
5. «Педагогическая поддержка профессионального самоопределения старшеклассников». Под ред. КПН Н.Ф. Родичева. - Москва, «Новая школа», 2009.
6. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники. - Москва; «ВАКО», 2011.
7. Гладкая И.В. Диагностические методики предпрофильной подготовки. – Санкт-Петербург, «Каро», 2011.
8. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. – Москва, «Владос», 2012.
9. Татубалина Н.В. Твоя будущая профессия: Сборник тестов по профессиональной ориентации. 2-е издание. - Ростов – на- Дону «Феникс», 2009.
10. Романова Е.С. 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. 2-е издание. «Питер». 2010.
11. Филимонова О. «Как научиться выбирать профессию?» - Москва, Чистые пруды, 2011.
12. Методическая газета «Школьный психолог», № 2, 2009.
13. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников» - Санкт-Петербург, «Речь», 2011.
14. Практическая психология образования. Под ред. И. В. Дубровиной. Москва, 2010.
15. Климов В.А. «Как выбрать профессию», Москва, 2014.
16. Резапкина В.Г. «Скорая помощь в выборе профессии», Москва, «Генезис», 2014.

КОПИЯ ВЕРНА