



**Администрация города Нижнего Новгорода
Департамент образования
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 179»**

Принята на Педагогическом
совете
Протокол от 31.08.2022 № 1

Утверждаю
Директор  М.Е. Кузьмина
01 сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Путь к выбору профессии»
(общеинтеллектуальное направление)**

ФГОС основного общего образования
8-9 класс

Авторы-составители:
Измайлова Елена Александровна,
заместитель директора
Нефёдова Альбина Юрьевна,
Педагог-психолог

Нижний Новгород

2022

Пояснительная записка

Программа «Путь к выбору профессии» реализуется через внеурочную деятельность. Она соответствует общеинтеллектуальному направлению развитию личности обучающихся.

Курс носит сугубо практический характер.

Задача курса - научить эффективному общению, при котором говорящий достигает своей коммуникативной цели – убедить, утешить, склонить к какому-нибудь действию.

Поэтому на уроках риторики обучающиеся должны как можно больше говорить и писать сами. Большая часть времени уделяется практике.

В центре внимания курса риторики – эффективность речи, как следует готовится к выступлению, учитывать аудиторию и устанавливать с нею контакт, как реализовывать свой замысел, оценивать свою речь и т. д.

Актуальность программы определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии.

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. Стремительный переход российского общества к новым формам хозяйственной деятельности привел к возрастанию потребности общества в инициативных, предприимчивых, компетентных и ответственных специалистах.

Для профессионального самоопределения нужно хорошо знать мир профессий, требования к человеку и рейтинг на рынке труда. Обучающийся должен правильно и реально оценивать свои возможности, способности и интересы. Подготовить его к успешному выбору должна система профориентации в образовательном учреждении.

В основу рабочей программы курса положена программа Резапкиной Г.В. «Я и моя профессия»: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исп. – М.: Генезис, 2004. -125 с.

Цель программы: Создание условий для формирования у обучающихся конкретно-наглядных представлений о существующих профессиях.

Задачи программы:

Образовательные

1. Познакомить обучающихся с принципами выбора профессии, планирования карьеры.
2. Познакомить с основами трудоустройства и основами трудового права.

3. Формирование знаний о системе учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, их требованиях к выпускникам школы

Развивающие

1. Приобретение практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности обучающегося.

2. Формирование готовности выпускников школы к непрерывному образованию и труду с учетом потребностей нашего города, его развития и благополучия.

3. Развитие способности адаптироваться в реальных социальноэкономических условиях.

Воспитательные

1. Воспитание уважения к труду.

2. Формирование положительного отношения к себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии.

3. Создание условий для развития прикладных умений (способность действовать в ситуации выбора, строить перспективные планы на будущее, решать практические проблемы в экспериментальной ситуации, корректировать выбор, презентовать себя);

4. Формирование навыков коммуникативной и управленческой деятельности в процессе коллективной работы.

Адресат: обучающиеся 8 классов, возраст 15 лет.

Объем и срок освоения: программа «Путь к выбору профессии» рассчитана на 1 года. На полное освоение программы требуется 34 часа. Режим занятий – 1 час в неделю. Продолжительность учебного часа – 40 минут.

Ожидаемый результат

Обучающиеся должны знать:

-значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;

-правила выбора профессии;

-понятие о профессиях и профессиональной деятельности.

Обучающиеся должны иметь представления:

-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.

Обучающиеся должны уметь:

-соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;

- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;

-использовать приемы 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

Формы занятий: игра, диагностика и анкетирование, экскурсия, беседа, занятия с элементами тренинга.

Методы работы:

Словесные методы: беседа, пояснение, обсуждение, дискуссия.

Наглядные методы: показ иллюстративного материала, демонстрация видеоматериалов.

Практические методы: выполнение проекта, подготовка доклада, выполнение тестовых заданий.

Учебно-тематическое планирование

8 класс (34 часа)

№	Тема	Всего часов
I четверть		
1	Самооценка и уровень притязаний	1
2	Темперамент и профессия.	1
3	Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций	1
4	Стресс и профессия	1
5	Типы мышления и профессии	1
6	Значение внимания и памяти в профессиональной деятельности	1
7	Уровень свободы	1
8	Что я знаю о своих возможностях	1
II четверть		
9	Классификация профессий. Признаки профессий	1
10	Профессия. Специальность. Должность.	1
11	Определение типа будущей профессии	1
12	Интересы и склонности в выбор профессии	1
13	Определение профессионального типа личности	1
14	Профессионально важные качества	1
15	Профессия и здоровье	1
16	Деловая игра «Кадровый вопрос»	1
17	Что я знаю о профессиях	1
III четверть		
18	Способности общие и специальные	1
19	Способности к практическим видам деятельности	1
20	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1
21	Способности к профессиям социального типа	1
22	Способности к офисным видам деятельности	1
23	Способности к предпринимательской деятельности	1

24	Эстетические способности	1
25	Уровни профессиональной пригодности	1
26	Способности и профессиональная пригодность	1
IV четверть		
27	Мотивы и потребности	1
28	Ошибки в выборе профессии	1
29	Современный рынок труда	1
30	Пути получения профессии	1
31	Навыки самопрезентация	1
32	Стратегия выбора профессии	1
33	Планирование профессиональной карьеры	1
34	Контрольный урок	1
	ИТОГО:	34

Содержание программы

8 класс (34 ч.)

1. Самооценка и уровень притязаний.

Теория: Важность профессионального самоопределения. Самооценка. Способы повышения самооценки. Опасность заниженной самооценки.

Практика: Задания «Кто я?», «Какой я?», «Самый-самый», «Успех-это...».

2. Темперамент и профессия.

Теория: Темперамент и свойства нервной системы. Холерический темперамент и виды деятельности, которые требуют умения общаться. Флегматический темперамент и склонность к систематической работе. Сангвинический темперамент. Меланхолический темперамент. Влияние темперамента на выбор профессии.

Практика: Задание «Определение темперамента».

3. Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций.

Теория: Эмоции и мимика. Агрессия, раздражительность, обидчивость, негативизм, подозрительность в профессиональной деятельности.

Практика: Задание «угадай эмоцию», тест на эмоции (тест Басса-Дарки).

4. Стресс и профессия.

Теория: Состояние стресса и его воздействие на организм человека. Два вида стресса. Конструктивный, мобилизующий стресс и деструктивный, хронический стресс. Работа и стресс. Стрессоустойчивость. Наиболее стрессогенные профессии.

Практика: анкетирование, задание «Что провоцирует конфликт», задание «Оцени ситуацию в классе».

5. Типы мышления и профессии.

Теория: Основные характеристики мышления. Признаки мышления талантливых людей (Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество). Предметно-действенное мышление. Абстрактно-символическое

мышление. Словесно-логическое мышление. Наглядно-образное мышление. Как развивать мышление. Профессия, соответствующая типу мышления.

Практика: самодиагностика.

6. Значение внимания и памяти в профессиональной деятельности.

Теория: Свойства внимания (устойчивость, объем, переключаемость, концентрация). Профессии, предъявляющие особые требования к вниманию. Слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая память. Как тренировать память. Значение внимания и памяти в профессиональной деятельности. Требования профессии к определенному типу памяти.

Практика: задание «Двойной счет», «Муха».

7. Уровень свободы.

Теория: Уровень внутренней свободы как субъективное ощущение. Влияющее на отношение к различным событиям и принятие решений. Уровень внутренней свободы и профессиональное самоопределение.

Практика: Тест на определение уровня внутренней свободы.

8. Что я знаю о своих возможностях.

Практика: тестирование, анкетирование, презентация творческого задания.

9. Классификация профессий. Признаки профессий.

Теория: Классификация профессий Е.А. Климова. Профессии, связанные с производством, проектированием и обслуживанием техники. Профессии, связанные с человеком и взаимодействием с ним. Профессии, связанные с живой и неживой природой (исследование, изучение и использование природных ресурсов, уход за животными и растениями). Профессии, связанные с использованием устной и письменной речи, работой с документами и цифрами. Творческие профессии.

Практика: Задание «Пирамида Климова», тестирование.

10. Профессия. Специальность. Должность.

Теория: Понятия «профессия», «специальность», «должность», «квалификация». Признаки профессии. Разные специальности одной профессии.

Практика: выполнение творческого задания.

11. Определение типа будущей профессии.

Теория: Знакомство с профессиями разного типа.

Практика: Игра «Аукцион», «По горячим следам». Задание «Определение типа будущей профессии».

12. Интересы и склонности в выбор профессии.

Теория: Понятие «интерес», «склонность». Различие интересов по содержанию, широте, глубине, длительности. Склонности в выборе профессии. Склонность к работе с людьми, склонность к работе с техникой, склонность к работе с цифрами и знаками. Склонность к работе с животными и растениями. Склонность к работе с художественными образами.

Практика: диагностика «Профиль» (модификация методики А. Голомштока «Карта интересов»), задание «Круг чтения».

13. Определение профессионального типа личности.

Теория: Психологический тип личности и профессия. Реалистический тип личности, интеллектуальный тип, социальный тип, офисный тип, предпринимательский тип, артистический тип.

Практика: определение профессионального типа личности. Доклад.

14. Профессионально важные качества.

Теория: Профессионально важные качества для различных профессий. Универсальные черты характера, отличающие специалиста в любой области.

Практика: игра «Молчание-знак согласия»

15. Профессия и здоровье.

Теория: Профессии и 4 группы требований к здоровью. Профессии, предъявляющие повышенные требования к здоровью. 4 группы профессий. Медицинские ограничения профессиональной непригодности. Факторы, которые ограничивают ваш профессиональный выбор.

Практика: тестирование «Мое здоровье».

16. Деловая игра «Кадровый вопрос».

Практика: деловая игра.

17. Что я знаю о профессиях.

Теория: Тестирование, психологический кроссворд, творческое задание «Моя будущая профессия».

18. Способности общие и специальные.

Теория: Понятия о способностях общих (элементарных и сложных) и специальных (практически-созидательные, конкретно-научные, графические, практически-организационные, литературно-художественные). Актуальные способности (уже обнаруженные и реализующиеся). Потенциальные способности.

Практика: Выполнение творческих заданий.

19. Способности к практическим видам деятельности.

Теория: Способности к практическим видам деятельности (зрительное, слуховое, осязательное восприятие информации, формирование двигательных навыков).

Практика: Определение технических способностей (тест Бенета).

20. Способности к интеллектуальным видам деятельности.

Теория: Интеллектуальная деятельность. Признаки интеллектуального труда. Интеллектуальные виды деятельности и способности. Интеллектуальные и востребованные профессии.

Практика: Задания «Аналогии», «Классификация», «Обобщение», «Закономерности». Типы темперамента, располагающие к общению. Личностные особенности, затрудняющие общение.

21. Способности к профессиям социального типа.

Теория: Профессии социального типа. Эмоциональная устойчивость и умение общаться.

Практика: ролевая игра «Конфликт».

22. Способности к офисным видам деятельности.

Теория: Специфика офисной работы. Функциональные службы офиса. Офисные виды деятельности. Профессии, относящиеся к офисным видам деятельности. Профессионально-важные качества, объединяющие эти профессии.

Практика: Тест «Интеллектуальная лабильность». Задание «Клавиатура».

23. Способности к предпринимательской деятельности.

Теория: Понятия «бизнес», «предпринимательство», «предприниматель», «менеджмент». Виды предпринимательской деятельности. Производственная, финансовая, страховая, аграрная, коммерческая деятельность, сфера услуг. Черты, присущие современному предпринимателю. Свод нравственных принципов хозяйствования. Профессиональная компетентность в предпринимательстве. Качества менеджера-предпринимателя.

Практика: Задание «Я-руководитель», «Акулы и дельфины».

24. Эстетические способности.

Теория: Творческие профессии. Творческие способности и специальность. От чего зависят творческие способности. Развитие способности к творчеству. Характеристика эстетических способностей.

Практика: Задание «Мыслитель или художник», тестирование.

25. Уровни профессиональной пригодности.

Теория: Взаимосвязь способностей, интересов, склонностей. Способности и профессиональная пригодность человека. Профессиональная непригодность к конкретной профессии. Скрытая и явная профнепригодность. Профессиональная пригодность к профессии или группе профессий. Относительная и абсолютная профессиональная пригодность. Призвание – высший уровень профессиональной пригодности.

Практика: Задание «Мои способности», психологический кроссворд.

26. Способности и профессиональная пригодность.

Практика: Промежуточная аттестация (защита проекта).

27. Мотивы и потребности.

Теория: Понятия «мотив», «мотивация», «потребности». Профессиональная мотивация. Внепрофессиональная мотивация. Потребности как основа мотивации. Высшие и низшие потребности. Потребности по пирамиде А. Маслоу - физиологические, в защите, социальные, самоуважение, самореализация.

Практика. Задания «Преодоление», определение мотивации (методика Головахи). В чем несовершенство пирамиды А. Маслоу.

28. Ошибки в выборе профессии.

Теория. Уточнение слова «ошибка». Ошибка в выборе профессии. Чем вызваны ошибки в выборе профессии и каковы последствия. Выбор из профессии из соображений моды и престижа. Выбор профессии «за компанию». Уступка давлению влиятельных людей. Выбор профессии под влиянием интереса к учебному предмету или человеку. Профессии, которые вредны для здоровья. Профессии, несовместимые с личной и семейной жизнью.

Практика: Задание «Оптимисты и скептики».

29. Современный рынок труда.

Теория: Понятие «рынок труда». Функции рынка труда, структура (строение) рынка труда, проблемы рынка труда и их решение. Факторы, влияющие на динамику рынка труда. Основные типы рынка труда. Виды рынка труда. Безработица.

Практика: тестирование, задание «Мышеловка».

30. Пути получения профессии.

Теория: Система среднего профессионального образования. Системы высшего профессионального образования. Бакалавриат, специалитет, магистратура. Очная, заочная, дистанционная формы обучения, экстернат. Понятие «горизонтальная карьера».

Практика: Задание «Матрица профессионального выбора». Выбор подходящих направлений и специальностей. Поиск учебных заведений, в которых готовят специалистов по выбранному направлению.

31. Навыки самопрезентации.

Теория: Важные моменты самопрезентации. Резюме. Обязательные компоненты резюме.

Практика: Задание «личное пространство», «работа над ошибками».

32. Стратегия выбора профессии.

Теория: Будущая работа должна быть в радость. Необходимый набор профессионально важных качеств. Востребованность профессии на рынке труда. Постановка цели. Задачи для достижения цели. Пути и средства достижения цели. Внешние и внутренние условия достижения цели. Запасные варианты и пути их достижения.

Практика: Задание «Машина времени».

33. Планирование профессиональной карьеры.

Практика: Задание «За и против».

34. Контрольный урок.

Практика: презентация проекта «Моя будущая профессия».

Оценочные материалы

Программой предусмотрены предварительный, текущий и итоговый контроль.

Предварительный контроль осуществляется на первом занятии с целью диагностирования знаний и умений обучающихся, выбора наиболее эффективные методы и формы работы. Форма контроля индивидуальная, Методы контроля письменная работа.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. Он позволяет определить степень сформированности знаний, умений, навыков, а также их глубину и прочность. Форма контроля фронтальная или комбинированная.

Итоговый контроль позволяет определить конечные результаты обучения и совместной работы. Форма работы комбинированная, Метод контроля устный.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется 2 раза в год - на последнем занятии 1 полугодия, в декабре и на последнем занятии в мае. Форма оценки – «зачет», «незачет». Форма контроля индивидуальная, метод контроля устный и письменный. Для получения «зачета» в декабре обучающиеся должны выполнить тестовые задания. Для получения «зачета» в мае обучающиеся должны подготовить реферат или исследовательскую работу и защитить ее.

Материально-техническое обеспечение

- компьютер, мультимедийное оборудование
- мультимедийные презентации
- видеоматериалы
- словари, справочники
- тестовые задания

Список использованной литературы

1. Дмитриева К.А., Рябинина Т.Б. Выбор профессии. – М.: Олимп Медиа Групп/Просвещение, 2017.- 304 с.
2. Кропивянская С.О. Бондарев В.П. Успешный выбор профессии. 8-11 класс. – М.: ВАКО. 2015.-144 с.
3. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2005.
4. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: Программа предпрофильной подготовки. Рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис. 2017.-144
5. 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.-
6. Твоя профессиональная карьера: учеб.для 8 – 9 кл. общеобразоват. учреждений / П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко, А. В. Прудило и др.; под ред. С. Н. Чистяковой. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2007. – 159 с.
7. Тесты для профориентации, воспитательной работы, подбора кадров/сост. Н.Ф. Гребень. – Минск.: Букмастер, 2012.-480 с.
8. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по

профессиональной ориентации. – М.: ВЛАДОС пресс, 2001.- 96 с.

Электронные ресурсы

9. Профориентация школьников. Уроки по профориентации// [Электронный ресурс] режим доступа: www.moeobrazovanie.ru
- 10.Профориентация. Как правильно выбрать профессию// [Электронный ресурс] режим доступа: <http://www.myshare>