

Департамент по образованию администрации Волгограда  
Тракторозаводское территориальное управление департамента  
по образованию администрации Волгограда  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 16 Тракторозаводского района Волгограда»



ПРИНЯТО  
на заседании НМС

Протокол № 2 от 2 ноября 2018 г

УТВЕРЖДАЮ

директор МОУ гимназии № 16

Селезнев А.В.



Приказ №359 от 2.11.2018

**Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности  
«Будущая профессия: мой выбор»  
(8 класс)**

Составитель:  
Н.Г. Маркосян, педагог-  
психолог

Волгоград  
2018

## ПРЕАМБУЛА

Настоящая программа разработана в рамках реализации МОУ Гимназией №16 инновационного проекта «Каждый выбирает для себя», победителя конкурсного отбора на предоставление в 2018 году грантов в форме субсидий из федерального бюджета юридическим лицам в целях обеспечения реализации мероприятия «Субсидии на выполнение мероприятий по поддержке инноваций в области развития и модернизации образования» основного мероприятия «Реализация механизмов оценки и обеспечения качества образования в соответствии с государственными образовательными стандартами» направления (подпрограммы) «Совершенствование управления системой образования» государственной программы Российской Федерации «Развитие образования». Цель разработки программы «Будущая профессия: мой выбор» – расширение пространственной топики гимназического образовательного пространства для картирования индивидуальных профориентационных маршрутов гимназистов.

Программа по курсу «Будущая профессия: мой выбор» для VIII классов составлена в соответствии со стандартами второго поколения, примерной программой Резапкиной Г. В. «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки», пособия Бондарева В. П., Кропивянской С. О. «Успешный выбор профессии. 8-11 классы», пособия Пряжникова Н. С. «Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники: 8-11 классы, ПТУ и колледж».

Цель изучения курса - формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

Основные задачи курса:

- воспитание психологической культуры учащихся школы;
- формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.
- формирование практических психологических умений;
- формирование личностной рефлексии ребенка: умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы;
- развитие умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность;

- формирование потребности в самоизменении и личностном росте;
- формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

### **Раздел 1. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса «Будущая профессия: мой выбор»**

**Предметными** результатами занятий по данному курсу являются:

- устойчивый интерес к предмету «Психология»;
- знание объективных психологических законов;
- освоение важных для подросткового возраста психологических понятий;
- освоение методов и приемов познания себя.

Учащиеся научатся:

- понимать значение психологических законов в жизни человека;
- осознавать ценность и уникальность себя, окружающих;
- владеть рефлексией как средством самопознания.

**Метапредметными** результатами изучения курса являются освоенные способы деятельности, применимые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях:

- наличие позитивного образа Я: абсолютное принятие человеком самого себя при достаточно полном знании самого себя;
- развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.

Учащиеся научатся:

- наблюдать за разнообразными явлениями жизни и оценивать их;
- разбираться в своих чувствах и желаниях;
- различным методам и приемам саморефлексии и адекватного выражения своего эмоционального состояния;
- принимать на себя ответственность за свои поступки.

**Личностными** результатами освоения курса «Будущая профессия: мой выбор» являются:

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
- формирование мотива самопознания и саморазвития;
- осознание себя и своего места в жизни.

### **Учащиеся научатся:**

- понимать уникальность и безусловную ценность собственного Я;
- использовать психологические средства для формирования собственной личности;
- использовать полученные навыки самопознания для решения актуальных и перспективных задач своей жизни.

### **Раздел II. Содержание курса «Будущая профессия: мой выбор».**

В курсе заложен принцип преемственности: знания, полученные учащимися на занятиях «Психологической азбукой» в начальной школе и в процессе изучения курса «Подросткам о подростках», являются основой для дальнейшего изучения психологии в восьмом классе и выражаются в таких аспектах, как:

- дальнейшее освоение учащимися основных психологических понятий;
- формирование новых, более эффективных коммуникативных навыков;
- сохранение психологического здоровья учащихся;
- формирование у детей умения познавать самих себя, раскрывать свою субъективную реальность;
- формирование личностного самоопределения.

Содержание программы составляют научно-психологические знания, а также умения их практического **использования**.

#### **Тема I. Введение в мир психологии**

Знакомство с предметным содержанием понятия «профессия». Развитие познавательных интересов, структурирование знаний. Формирование мотивации на самопознание.

#### **Тема II. Что я знаю о своих возможностях**

Знакомство с предметным содержанием понятий «самооценка», «уровень притязаний». Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки.

Знакомство с предметным содержанием понятия «темперамент». Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки.

Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки.

Определение типа мышления. Уровень внутренней свободы.

Знакомство с предметным содержанием понятий «стресс», «дистресс», «тревожность». Рефлексия эмоциональных состояний.

Мой психологический портрет.

#### **Тема III. Что я знаю о мире профессий**

Классификация профессий. Признаки профессии. Определение типа будущей профессии. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Моя будущая профессия.

#### **Тема IV. Способности и профессиональная пригодность**

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности. Артистические способности. Уровни профессиональной пригодности.

#### **Тема V. Планирование профессиональной карьеры**

Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях. Современный рынок труда. Работодатель и работник. Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора. Волгоградские организации профессионального обучения.

#### **Тема VI. Личный профессиональный план**

Стратегии выбора профессии. Актуализация знаний. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор.

### **РАЗДЕЛ 111. Тематическое планирование курса**

<b>Тема</b>	<i>Кол-во часов по программе</i>	<b>Содержание</b>
1. Вводное занятие	1	Развитие познавательных интересов
2. Что я знаю о своих возможностях	6	Осознание своих качеств и повышение самооценки
3. Что я знаю о мире профессий	4	Знакомство с миром профессий
4. Способности и профессиональная пригодность	2	Осознание своих качеств для осознанного и ответственного выбора профессии
5. Планирование профессиональной карьеры	3	Целеполагание и построение жизненных планов во временной перспективе.
6. Заключительный. Личный профес-	2	Составление личного профессионального плана

сиональный план		
ИТОГО:	18 ч.	

## Раздел 1V. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Тема	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся (УУД): -личностные, познавательные, регулятивные, коммуникативные	8 А		8 Б	
				Дата	Корректировка	Дата	Корректировка
<b>Тема I. Введение в мир психологии</b>							
1.	Вводное занятие	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятия «профессия». Развитие познавательных интересов, структурирование знаний. Формирование мотивации на самопознание				
<b>Тема II. Что я знаю о своих возможностях</b>							
2.	Самооценка и уровень притязаний	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятий «самооценка», «уровень притязаний». Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки				
3.	Темперамент и профессия. Определение темперамента	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятия «темперамент». Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки				
4.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Исто-	0,5	Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки				

	ки негативных эмоций						
5.	Стресс и тревожность	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятий «стресс», «дистресс», «тревожность». Рефлексия эмоциональных состояний				
6.	Определение типа мышления	0,5	Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки				
7	Внимание и память	0,5	Осознание своих качеств и повышение самооценки, целеполагание, прогнозирование				
8.	Уровень внутренней свободы	0,5	Саморефлексия				
9.	Мой психологический портрет	0,5	Актуализация знаний. Саморефлексия. Осознание своих качеств и повышение самооценки				
Тема III. Что я знаю о мире профессий							
10.	Классификация профессий. Признаки профессии	0,5	Актуализация знаний. Классификация объектов. Анализ объектов с целью выделения признаков				
11.	Определение типа будущей профессии	0,5	Саморефлексия				
12.	Профессия, специальность, должность. Формула профессии	0,5	Актуализация знаний. Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия.				

13.	Интересы и склонности в выборе профессии	0,5	Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия.				
14.	Определение профессионального типа личности	0,5	Актуализация знаний. Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия.				
15.	Профессионально важные качества	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятия «профессионально важные качества». Актуализация знаний. Развитие действий, направленных на кооперацию.				
16.	Профессия и здоровье	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятия «профотбор». Саморефлексия.				
17.	Моя будущая профессия	0,5	Актуализация знаний. Саморефлексия.				
<b>Тема IV. Способности и профессиональная пригодность</b>							
18.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятия «способности». Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия.				
19.	Способности к интеллектуальным видам деятельности	0,5	Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия. Осознание своих качеств и повышение самооценки				
20.	Способности к профессиям социального	0,5	Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия. Осозна-				



	типа		ние своих качеств и повышение самооценки				
21.	Способности к офисным видам деятельности	0,5	Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия. Осознание своих качеств и повышение самооценки				
22.	Способности к предпринимательской деятельности	0,5	Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия. Осознание своих качеств и повышение самооценки				
23.	Артистические способности	0,5	Формирование мотивации на самопознание. Саморефлексия. Осознание своих качеств и повышение самооценки				
24.	Уровни профессиональной пригодности	0,5	Актуализация знаний. Знакомство с предметным содержанием понятия «профпригодность».				
25.	Мои способности	0,5	Актуализация знаний. Саморефлексия				
<b>Тема V. Планирование профессиональной карьеры</b>							
26.	Мотивы и потребности	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятий «мотивация», «потребности». Саморефлексия, осознание своих качеств и повышение самооценки				
27.	Ошибки в выборе профессии	0,5	Актуализация знаний. Целеполагание и построение жизненных планов во временной перспективе. Формирование готовности к ответственности				

			человека за свой профессиональный выбор				
28.	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях	0,5	Знакомство с предметным содержанием понятия «рынок труда». Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
29.	Современный рынок труда. Работодатель и работник.		Знакомство с предметным содержанием понятия «рынок труда». Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
30.	Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора	0,5	Актуализация знаний. Целеполагание и построение жизненных планов во временной перспективе. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
31.	Пути получения профессии. Уральские профессиональные учебные заведения	0,5	Актуализация знаний. Целеполагание и построение жизненных планов во временной перспективе. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
32.	Навыки самопрезентации	0,5	Актуализация знаний. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				

33.	Навыки само-презентации. Резюме	0,5	Актуализация знаний. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
34	Стратегии выбора профессии	0,5	Актуализация знаний. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
35	Заключительный. Личный профессиональный план	0,5	Актуализация знаний. Формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор				
35.	ИТОГО	18 ч.					