

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа составлена на основе нормативных документов:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 года №273 - ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644, от 31.12.2015 N 1577);
3. Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования /Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014 г.№253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 08.06.2015 N 576, от 28.12.2015 N 1529, от 26.01.2016 N 38, от 21.04.2016 N 459, от 8 июня 2017 года N 535; от 20 июня 2017 года N 581; от 5 июля 2017 года N 629 "О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 № 253");
4. Примерной авторской программой Г.В. Резапкина «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов» Москва: Генезис, 2015.
5. Уставом МБОУ «Остерская средняя школа» (далее - Школа);
6. Основной образовательной программой основного общего образования Школы.
7. Учебный план и календарный график Школы на 2017 – 2018 учебный год.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

#### **Выпускник научится:**

- психологическим особенностям личности;
- самоопределению;
- профессиональным интересам и склонностям, способностям;
- классификации, типам и подтипам профессий;

- профессиограмме;
- профессиональной пригодности;
- проектированию профессионального жизненного пути;
- карьере, видам карьеры;
- личным профессиональным планам;
- общению;
- самооценке;
- профпригодности;
- компенсации способностей;
- рынку труда.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- составлять личный профессиональный план;
- проектировать свою профессиональную карьеру.

#### **Личностные и метапредметные результаты освоения учебного курса.**

##### **Личностными результатами обучения:**

1. Самоопределение (адекватное самовосприятие, личностное и профессиональное самоопределение);
2. Смыслообразование (познавательная мотивация, осознание необходимости учиться);
3. Этическое оценивание (адекватное оценивание себя, самооценка, адекватное оценивание других).

##### **Метапредметными результатами обучения являются:**

1. формирование умения организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, оценивать достигнутые результаты;
2. освоение учащимися различных способов деятельности (анализ, проектирование, конструирование, исследовательская деятельность и др)
3. готовность к профессиональному выбору, умение ориентироваться в мире профессий.

#### **Содержание курса:**

**Раздел 1.** Что я знаю о своих возможностях. Самооценка и уровень притязаний. Выбор профессии. Кратко о программе «Психология и выбор профессии». Самопрезентация. Самооценка. Формула самооценки. Успех. Темперамент и профессия. Темперамент. Типы темперамента по

Гиппократу. Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Чувства и эмоции. Определение типа эмоций. Профессия и эмоции. Стресс и тревожность. Стресс и тревожность. Определение уровня тревожности. Пессимист и оптимист. Определение типа мышления. Продуктивность. Оригинальность. Любознательность. Мужество. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное и креативное. Определение типа мышления. Внимание и память. Внимание. Память. Функции памяти. Продуктивность памяти. Типы памяти: слуховая, зрительная, эмоциональная и логическая. Как тренировать память. Уровень внутренней свободы. Уровень внутренней свободы. Определение уровня внутренней свободы.

**Раздел 2.** Что я знаю о мире профессий. Классификация профессий. Признаки профессии. Четырехуровневая классификация профессий по Е.А.Климову:

1 уровень – предмет труда (техника, человек, природа, знак, художественный образ);

2 уровень – цель труда (гностические профессии, преобразующие профессии, изыскательские);

3 уровень – орудие труда или средства труда.

Вещественные орудия труда: ручные скальпель, кисть и т.д.), механические (швейная машина, автомобиль и т.д.), автоматические (автоматические линии и т.д.). Функциональные орудия – глазомер плотника, вдохновение музыканта и т.д. Условия труда: обычный, бытовой микроклимат (лаборант, продавец и т.д); открытый воздух (агроном инспектор ГИБДД и т.д.); необычные условия (шахтер, космонавт и т.д.); повышенная моральная ответственность (учитель, врач и т.д). Определение типа будущей профессии. Определение типа будущей профессии с помощью методики Е.А.Климова. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Определение профессии. Получение формулы своей будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение своих интересов с помощью модификации методики «Карта интересов» А.Голомштака. Определение профессионального типа личности. Шкала приспособленности различных типов личности к шести профессиональным областям американского психолога Дж. Голланда. Определение профессионального типа личности с помощью модификации методики Дж. Голланда. Профессионально важные качества. Профессионально важные качества конкретного типа профессий. Профессия и здоровье. Предъявляемые требования (условно разбитые на 4 группы) к здоровью человека в зависимости от рода профессии. Оценка состояния своего здоровья. Девять шагов уверенности в себе.

**Раздел 3.** Способности и профессиональная пригодность. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам

деятельности. Способности. Общие и специальные возможности. Способный человек. Способности к практическим видам деятельности. Развитие способностей. Уровень развития технических способностей. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности: учитель, врач, юрист, психолог и т.д. Подростковый возраст. Определение уровня умственного развития. Способности к профессиям социального типа. Конфликтология. Определение особенностей своего поведения в конфликтных ситуациях с помощью теста Томаса. Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности. Артистические способности. Способности к изобразительному искусству. Одаренный человек. Функциональная асимметрия. Уровни профессиональной пригодности. Степени профессиональной пригодности: профессиональная непригодность к конкретной профессии; профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий (относительная, абсолютная профпригодность); соответствие конкретной профессиональной деятельности; призвание – высший уровень профессиональной пригодности.

Классификация людей (отношение человека к труду) немецкого психолога Э.Фромм:

- Рецептивный.
- Эксплуататорский.
- Стяжательский.
- Рыночный.
- Творческий.

**Раздел 4.** Планирование профессиональной карьеры. Мотивы и потребности. Мотив. Мотив поведения. Мотивация. Определение мотивации с помощью методики Е.Головахи. Потребности. Типы потребностей: физиологические, потребность в защищенности, социальные, потребности в уважении и самоуважении, потребность в самореализации.<sup>8</sup> Ошибки в выборе профессии. Ошибки: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествив интерес к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией. Современный рынок труда. Рынок труда (рынок рабочей силы). Трудовое соглашение (контракт). Заработная плата. Современный рынок труда. Пути получения профессии. Определение профессионального выбора с помощью Матрицы. Государственный образовательный стандарт РФ (две системы высшего профессионального образования). Дистанционная форма обучения и экстернат. Среднее специальное образование. Высшее образование. Навыки самопрезентации. Правило тридцати секунд. Важные моменты самопрезентации. Безупречный внешний вид. Грамотная речь. Резюме. Стратегия выбора профессии.

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Что я знаю о своих возможностях	8	4	4
2.	Что я знаю о профессиях	8	4	4
3.	Способности и профессиональная пригодность	8	4	4
4.	Планирование профессиональной карьеры	10	5	5
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>	<b>17</b>	<b>17</b>

**Тематическое планирование по программе  
«Психология и выбор профессии»**

№ урока	Название раздела и темы	Количество часов	Виды учебной деятельности	Дата проведения		Примечание (описание причин корректировки дат)
				По плану	По факту	
<b>Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях (8 часов).</b>						
1	Самооценка и уровень притязаний.	1	Изучение классификации профессий по различным признакам. Изучение классификаций профессий по условиям труда: профессии с высокой моральной ответственностью, профессии в бытовом микроклимате, профессии в необычных условиях труда и на открытом воздухе; и классификацию профессий по орудиям труда: ручные, механизированные, автоматические и функциональные орудия труда. Рассмотрение понятия профессия, специальность, должность, сходства и различия понятий. Изучение профессионально важные качества для каждого типа профессий. Изучение влияния различных типов профессий на личность, на физическое и психологическое здоровье, раскрывается понятия профпригодности.	01.09		
2	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1		08.09		
3	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1		15.09		
4	Стресс и тревожность.	1		22.09		
5	Определение типа мышления.	1		29.09		
6	Внимание и память.	1		06.10		
7	Уровень внутренней свободы.	1		13.10		
8	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».	1		20.10		



<b>Раздел 2. Что я знаю о профессиях (8 часов).</b>						
9	Классификация профессий. Признаки профессий.	1	Изучение своих личностных особенностей, характеристик и качеств, при помощи различных диагностических методик. Рассмотрение профессии, соответствующие психологическим качествам. Изучение понятий темперамент и характер. Рассмотрение типов и свойств темперамента, качеств характера. Рассмотрение понятий агрессия, её виды и уровни. Изучение познавательных процессов (внимание, мышление, память, воображение) их характеристики. Определение уровней развития познавательных процессов у себя и изучение рекомендаций по развитию данных процессов.	27.10		
10	Определение типа будущей профессии.	1		10.11		
11	Формула профессий. Профессия, специальность, должность.	1				
12	Интересы и склонности в выборе профессии.	1				
13	Определение профессионального типа личности.	1				
14	Профессионально важные качества.	1				
15	Профессия и здоровье.	1				
16	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».	1				
<b>Раздел 3. Способности и профессиональная пригодность (8 часов).</b>						
17	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1	Изучение свойств личностных способностей. Изучение понятий: способности общие и специальные, практические способности, способности к интеллектуальным видам деятельности, к социальным видам деятельности, к канцелярским видам деятельности, способность к предпринимательской деятельности, а также эстетические способности.			
18	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	1				
19	Способности к профессиям социального	1				



	типа.		Изучение понятий профессиональной пригодности, уровни профессиональной пригодности и ошибки в выборе профессии.			
20	Способности к офисным видам деятельности.	1				
21	Способности к предпринимательской деятельности.	1				
22	Эстетические способности.	1				
23	Уровни профессиональной пригодности.	1				
24	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».	1				
<b>Раздел 4. Планирование профессиональной карьеры (10 часов).</b>						
25	Мотивы и потребности	1	Составление личного профессионального плана, разработка стратегии выбора профессии. Изучение мотивов и потребностей в выборе профессий, современного рынка труда, правила составления резюме и т.д.			
26	Ошибки в выборе профессии.	1				
27	Современный рынок труда.	1				
28	Пути получения профессии.	1				
29	Навыки самопрезентации.	1				
30	Стратегия выбора профессии.	1				
31	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	1				

32	Заключительный урок - конференция «Моя будущая профессия».	1				
33-34	Защита проекта: «Моя будущая профессия».	2				

