

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лебяженская средняя общеобразовательная школа»**

Утверждаю  
Директор школы  
А.А. Устюгов



Приказ № 01-05-29 от 01.09.2021 г.

**Рабочая программа элективного учебного предмета для 9 класса  
«Психология и выбор профессии»**

Направленность курса: информационная

Общее количество часов - 34

Возраст учащихся: 15-16 лет

Планирование составлено на основе программы «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки» – М.: ГЕНЕЗИС, 2006, авт. Резапкина Г.В.

Педагог-психолог Устюгова Т.И.

Лебяжье 2021

## **Пояснительная записка**

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательной школы предусмотрено профильное обучение, задача которого – создание в старших классах общеобразовательной школы системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учётом реальных потребностей рынка труда.

Профильное обучение в старших классах предваряет предпрофильная подготовка.

Курс «Психология и выбор профессии» разработан с учётом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения.

Программа курса знакомит учащихся с «технологией выбора профессии». В процессе изучения курса большое внимание уделяется ответственности, которую каждый человек несет за свой выбор, дополняя этический взгляд на выбор профессии рациональными аргументами, значимыми для нового поколения прагматичных и целеустремленных людей.

### **Предназначение курса**

Курс «Психология и выбор профессии» направлен на удовлетворение познавательных интересов учащихся. Курс является ориентировочным, психолого-педагогическими средствами мы создаем поле выбора профиля обучения и формируем психологическую готовность учащихся к этому выбору на основе знаний о своем профессиональном и личностном потенциале.

**Цель** - формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

### **Задачи:**

- формирование адекватного представления учащихся о своём профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

### **Методы обучения**

В программе использованы различные методы обучения. В них входит профессиональная диагностика с использованием надёжных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности, контрольные задания.

**Форма обучения** – урочная.

### **Описание учебной деятельности**

На занятиях по программе «Психология и выбор профессии» школьники в ходе самодиагностики изучают свои психологические особенности, «примеряют» различные модели поведения и оценивают их эффективность. Психолого-педагогическими средствами мы создаем поле выбора профиля обучения и формируем психологическую готовность

учащихся к этому выбору на основе знаний о своем профессиональном и личностном потенциале. В работе преобладает индивидуальная работа, так же велика роль фронтальной и групповой работы.

#### **Результат обучения:**

Умение проводить самодиагностику своих индивидуальных особенностей, на основе результатов объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью.

Говорить, что в ходе этих занятий у всех учеников произойдет коррекция самооценки и резко поменяются приоритеты и ценности, сформированные и поддерживаемые личным опытом, было бы преждевременно. Очень многое зависит от личности учащегося, стиля семейного воспитания, атмосферы образовательного учреждения.

Программа рассчитана на один год при одном уроке в неделю – 34 часа. Уроки сгруппированы в четыре модуля - самостоятельных, но логически связанных друг с другом. Один модуль по времени совпадает с учебной четвертью. Результаты диагностики могут учитываться при формировании профильных классов.

#### **Система оценки деятельности учащихся**

Текущий контроль осуществляется с помощью контрольных вопросов, промежуточный включает заполнение итоговых таблиц, решение психологических кроссвордов, выполнение творческих заданий. Итоговый контроль – тестирование, защита проекта «Моя будущая профессия».

### **Содержание курса**

#### **I четверть. Что я знаю о своих возможностях (8 ч.)**

Диагностика своих индивидуальных особенностей

Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. Определение типа темперамента. Чувства и эмоции.

Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.

Что такое стресс. Определение типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы.

Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».

#### **II четверть. Что я знаю о профессиях (8 ч.)**

Классификации профессий. Признаки профессии. Формула профессии. Профессия, специальность, должность.

Определение типа будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии.

Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.

Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».

#### **III четверть. Способности и профессиональная пригодность (9 ч.)**

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.

Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способность к предпринимательской деятельности. Эстетические способности. Уровни профессиональной пригодности.

Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».

#### **IV четверть. Планирование профессиональной карьеры (9 ч.)**

Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Пути получения профессии. Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры». Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Формы и методы изучения	Основные понятия	Планируемый результат	Формы контроля
<b>1 четверть. Что я знаю о своих возможностях</b>					
<b>1</b>	<b>Введение. Самооценка и уровень притязаний.</b>	Теоретический, практические упр.	Самопрезентация, самооценка, уровень притязаний, успех.	Осознание учащимися проблемы профессионального самоопределения, знакомство с целями и задачами курса.	Электр. презентация, методики «Какой я?», «Кто я?».
<b>2</b>	<b>Темперамент и профессия. Определение темперамента.</b>	Теоретический, практические упражнения.	Темперамент, интроверт, экстраверт, сангвиник, меланхолик, флегматик, холерик.	Определение своего типа темперамента.	Электр. презент. «О темпераменте», тест. Г.Ю. Айзенка.
<b>3</b>	<b>Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.</b>	Практический.	Эмоции, чувства.	Самодиагностика, определение уровня агрессии и различных её форм.	Эл. презент. Тест эмоций.
<b>4</b>	<b>Стресс и тревожность.</b>	Теоретический, практические упр.	Стресс, уровень тревожности, оптимист, пессимист.	Определение уровня тревожности.	Методика «Определение уровня тревожности», тест «Оценка школьных ситуаций».

5	<b>Определение типа мышления.</b>	Практический.	Мышление, продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество.	Определение типа мышления. Памятка «Как развивать мышление».	Методика «Определение типа мышления».
6	<b>Внимание и память.</b>	Теоретический, частично поисковый.	Внимание, память.	Самодиагностика памяти и внимания, памятки «Как развивать внимание и память».	Методика «Двойной счёт», «Переключаемость внимания».
7	<b>Уровень внутренней свободы.</b>	Практический.	Уровень внутренней свободы.	Самодиагностика.	Методика «Определение уровня внутренней свободы».
8	<b>Обобщающий.</b>	Теоретический.	Все понятия модуля.	Обобщить знания учащихся о себе, полученные с помощью самодиагностики.	Обобщающая таблица «Мой психологический портрет», психологический кроссворд.
<b>2 четверть. Что я знаю о профессиях</b>					
9	<b>Классификация профессий. Признаки профессии.</b>	Теоретический.	Типы, виды, классы, отделы профессий	Знакомство с классификацией профессий.	Классификация Климова.
10	<b>Определение типа будущей профессии</b>	Практический.	Типы профессий: Ч-Ч, Ч-П, Ч-З, Ч-ХО, Ч-Т.	Определение учащимися предпочитаемого типа профессии.	Опросник ДДО, бланки ответов.

11	<b>Профессия, специальность, должность. Формула профессии.</b>	Теоретический, элементы игры.	Профессия, специальность, должность, формула профессии.	Разграничить понятия, научиться выводить формулу профессии.	Игра «Формула профессии».
12	<b>Интересы и склонности в выборе профессии.</b>	Практический.	Интерес, склонность,	Определение области своих интересов и склонностей	Методика «Профиль».
13	<b>Определение профессионального типа личности.</b>	Практический.	Реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический типы личности.	Определение своего профессионального типа личности.	Методика «Определение профессионального типа личности».
14	<b>Профессионально важные качества.</b>	Практический с элементами игры.	ПВК, специфические, неспецифические.	Знакомство с ПВК.	Игра «Молчание – знак согласия».
15	<b>Профессия и здоровье.</b>	Теоретический.	Здоровье, мед. ограничения, самосохранение, саморазрушение.	Составление памятки «Девять шагов уверенности в себе».	Методика «Моё здоровье».
16	<b>Обобщающий.</b>	Теоретический.	Все понятия модуля.	Обобщить знания учащихся о профессиях, полученные в ходе изучения модуля.	Обобщающая таблица «Моя будущая профессия», психологический кроссворд.
<b>3 четверть. Способности и профессиональная пригодность</b>					
17	<b>Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.</b>	Теоретический.	Способности, общие и специальные.	Знакомство с понятиями.	Методика «Определение технических способностей».

18-19	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	Практический.	Интеллект.	Самодиагностика интеллектуального развития.	ТУР
20	Способности к профессиям социального типа.	Практический, элементы ролевой игры.	Конфликтология, конфликт.	Определение стратегии поведения в конфликтной ситуации.	Тест Томаса «Поведение в конфликтной ситуации».
21	Способности к офисным видам деятельности.	Теоретический с элементами игры.	Лабильность.	Понятие об особенностях профессий данного типа.	Тест «Интеллектуальная лабильность».
22	Способности к предпринимательской деятельности.	Теоретический.		Понятие об особенностях профессий данного типа.	Контрольные вопросы
23	Артистические способности.	Практический.		Понятие об особенностях профессий данного типа.	Методика «Мыслитель или художник», «ведущее полушарие».
24-25	Уровни профессиональной пригодности.	Теоретический.	Проф. пригодность, относительная и абсолютная проф. пригодность, призвание.	Понятие о профпригодности.	
26	Обобщающий.	Теоретический.	Все понятия модуля.	Обобщить знания учащихся о способностях и профессиональной пригодности.	Обобщающая таблица «Мои способности», психологический кроссворд.
<b>4 четверть. Планирование профессиональной карьеры</b>					



27	<b>Мотивы и потребности.</b>	Теоретический.	Мотивация, потребности,	Понятия о мотивах и потребностях	Электр. презентация.
28	<b>Ошибки в выборе профессии.</b>	Теоретический, частично поисковый	Престижные, не престижные профессии	Учащиеся в процессе беседы знакомятся с основными ошибками в выборе профессии, составляют памятку.	Электр. презентация.
29	<b>Современный рынок труда.</b>	Теоретический.		Знакомство с реалиями современного рынка труда, памятка «Где тебя подстерегает опасность?».	Контрольные вопросы
30	<b>Пути получения профессии.</b>	Практический.	Предмет труда, вид деятельности, среднее специальное образование, высшее образование.	Научиться работать с матрицей выбора профессии.	Матрица выбора профессии.
31	<b>Навыки самопрезентации.</b>	Практический.	Самопрезентация, резюме.	Составление самопрезентации и резюме.	Контрольные вопросы
32	<b>Стратегия выбора профессии</b>	Теоретический.		Соотнести хочу, могу и надо в выборе профессии.	Контрольные вопросы
33	<b>Обобщающий.</b>	Теоретический.	Все понятия модуля.	Обобщить знания учащихся о планировании профессиональной карьеры.	Обобщающая таблица «За и против».

34- 35	Защита проекта «Моя будущая профессия»			Проекты «Моя будущая профессия»	Эл. презентации учащихся. Итоговый тест.
-----------	--	--	--	---------------------------------	---

### Литература

1. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. – М.: УЦ Перспектива, 2002.
2. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2006.
3. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. – М.: Генезис, 2005.
4. Самоукин А.И., Самоукина Н.В. Выбор профессии: путь к успеху. – Дубна: ООО «Феникс +», 2000.
5. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003.
6. Селевко Г.К., Бабурина Н.И., Левина О.Г. Найди себя. – М.: Народное образование, 2001.