


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кортузская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО на  
Педагогическом совете  
Протокол № 38  
«31» августа 2022 год

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ «Кортузская  
СОШ»

 Ю.Ю. Ненаших  
«31» августа 2022 год

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

**«Психология и выбор профессии»**

Социально - гуманитарная направленность

Возраст обучающихся: 14 - 15 лет. Уровень программы: базовый

Срок реализации: 1 год

**Автор программы:**

педагог дополнительного образования -  
Трубинская Ирина Александровна

Кортуз, 2022 год



### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Психология и выбор профессии» разработана на основе программы предпрофильной подготовки Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии», а также с учетом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения и в соответствии с обязательным минимумом содержания основных образовательных программ. В программе изложены современные взгляды на проблему выбора профессии и планирования карьеры и даны диагностические и профинформационные материалы, которые должны помочь ребятам в выборе профессии.

### **Направленность программы**

Данная программа социально-гуманитарного направления. Занятия, направленные на удовлетворение профориентационных интересов и потребностей обучающихся.

### **Новизна и актуальность**

Новизна дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Психология и выбор профессии» основана на комплексном подходе к подготовке молодого человека «новой формации», умеющего жить в современных социально - экономических условиях: компетентного, мобильного, с высокой культурой делового общения, готового к принятию управленческих решений, умеющего эффективно взаимодействовать с деловыми партнерами.

Отличительная черта современного мира - стремительные перемены. Изменение миссии человека в обществе диктует новые требования к образованию. Разнообразие заказчиков на рынке образовательных услуг порождает вариативность запросов. Именно поэтому центральная задача модернизации российского образования заключается в том, чтобы повысить его качество, выстроить эффективную образовательную систему, которая будет отвечать запросам общества и государства, потребностям личности обучающегося. При этом запрос касается в первую очередь новых универсальных способностей личности и определенных поведенческих моделей.

Исследования потребностей образовательной системы позволяет выявить противоречия образовательной системы: между компетентностью выпускника и требованиями рынка труда; между потребностями заказчиков к качеству образования выпускника и возможностями большинства образовательных учреждений соответствовать этим потребностям; между требованиями развивающегося общества к личности и слабой адаптацией выпускника в социуме; между необходимостью работать в условиях компетентностного обучения и недостаточной подготовкой педагогов работать в этих условиях; между требованиями образовательного стандарта, а также содержанием образовательных программ и ключевыми компетентностями школьника; между возможностями экономического развития образовательного учреждения и консерватизмом социальной



среды; между выбором выпускником дальнейшего жизненного пути и реальной возможностью дальнейшей профессиональной карьеры и обучения в вузе и другие.

Актуальность предлагаемой программы заключается в том, что дети и их родители испытывают серьезные затруднения в выборе профиля обучения в старшей школе. Как правило, они совершают этот выбор под влиянием случайных факторов (например, за компанию, по совету взрослых), попадая под влияние средств массовой информации и общественных стереотипов. При этом подростки считают, что располагают достаточным количеством информации о той или иной профессии для выбора профиля дальнейшего обучения. Программа является частью системы работы школы по профильному образованию.

Программа «Психология и выбор профессии» поможет учащимся разобраться в себе, осознать свои сильные и слабые стороны, узнать плюсы и минусы различных профессий. Итогом работы станет составление личного профессионального плана и защита проекта «Моя будущая профессия».

### **Отличительные особенности программы**

В программе использованы различные типы занятий. В них входит профессиональная диагностика с использованием надежных методик, деловых и ролевых игр, проблемно - поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности.

Уроки разработаны на основе традиционной классно - урочной системы с учетом принципов дифференцированного обучения и модульной организации учебного процесса. Уроки сгруппированы в четыре самостоятельных, но логически связанных блока (модуля) по принципу один модуль - одна четверть. Результаты диагностики могут учитываться при формировании профильных классов. Эффективное преподавание программы предполагает осознание учителем целей урока и его места в учебном процессе, поддержку интереса и активности учащихся, опору на знания и жизненный опыт учащихся, контроль их деятельности.

### **Адресат программы**

Программа адресована обучающимся общеобразовательной школы 8 - 9 классов (14 - 15 лет).

### **Срок реализации программы и объем учебных часов**

Программа рассчитана на один год обучения при 0,5 часа в неделю (17 часов в год).

### **Формы обучения**

Форма обучения очная, групповая.

### **Режим занятий**

Занятия проводятся 1 раз в две недели. Продолжительность занятия 45 минут.



## **Цель и задачи дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы**

**Цель:** формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий.

### **Задачи:**

1. Изучить и познать себя с психологической точки зрения.
2. Получить знания о мире профессий.
3. Научить определять свои способности и профессиональную пригодность.
4. Познакомить со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.
5. Научить представить проект своей будущей профессии.

## **Содержание программы**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Что я знаю о своих возможностях	3	1	2	Лекция / анкетирование
2.	Что я знаю о профессиях	3	1	2	Беседа / анкетирование
3.	Способности и профессиональная пригодность	4	1	3	Дискуссия / мозговой штурм
4.	Планирование профессиональной карьеры	7	2	5	Беседа / защита проекта
<b>Итого часов</b>		17	5	12	

**1. Что я знаю о своих возможностях:** самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Стресс и тревожность. Определение типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы.

**2. Что я знаю о профессиях:** классификация и признаки профессии. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Определение типа будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.

**3. Способности и профессиональная пригодность:** способности общие и специальные. Способности к практическим и интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способности к



предпринимательской деятельности. Артистические способности. Уровни профессиональной пригодности.

**4. Планирование профессиональной карьеры:** мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Пути получения профессии. Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. Защита проекта “Моя будущая профессия”.

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **Личностные результаты:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

##### ***Регулятивные универсальные учебные действия:***

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.
4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.
5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

***Познавательные универсальные учебные действия:***

1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно - следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.

***Коммуникативные универсальные учебные действия:***

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение

***Планируемые результаты:***

1. Получат знания о своих психологических особенностях.
2. Получат представление о разнообразии профессий.
3. Умение определять свои способности и профессиональную пригодность.
4. Умение планировать и представлять свою будущую профессию.
5. Умение презентовать проект «Моя будущая профессия».



**Тематическое планирование программы  
 “Психология и выбор профессии”, 8 - 9 классы (17 часов),  
 2022 - 2023 учебный год.**

№ урока		Дата		Тема в разделе	Количество часов		
п/п	В разделе	По плану	Фактически		Теория	Практика	Всего
<b>Что я знаю о своих возможностях (3 часа)</b>							
1.	1.			Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия.	1		1
2.	2.			Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Стресс и тревожность.		1	1
3.	3.			Определение типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы.		1	1
<b>Что я знаю о профессиях (3 часа)</b>							
4.	1.			Классификация и признаки профессии. Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1		1
5.	2.			Определение типа будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии.		1	1
6.	3.			Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.		1	1
<b>Способности и профессиональная пригодность (4 часа)</b>							
7.	1.			Способности общие и специальные. Способности к практическим и интеллектуальным видам деятельности.		1	1
8.	2.			Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности.		1	1
				Способности к предпринимательской деятельности.			



9.	3.			Артистические способности.		1	1
10.	4.			Уровни профессиональной пригодности.	1		1
<b>Планирование профессиональной карьеры (7 часов)</b>							
11.	1.			Мотивы и потребности.	1		1
12.	2.			Ошибки в выборе профессии.	1		1
13.	3.			Современный рынок труда.		1	1
14.	4.			Пути получения профессии.		1	1
15.	5.			Навыки самопрезентации.		1	1
16.	6.			Стратегия выбора профессии.		1	1
17.	7.			Защита проекта "Моя будущая профессия".		1	1

### **Условия реализации программы:**

Материально-техническое обеспечение – кабинет для занятий по программе; Компьютер, проектор, колонки.

#### **Используемая литература:**

1. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки М.: Генезис, 2014 г.
2. Михайлина М.Ю., Павлова М.А., Нелюбова Я.К. Сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников: диагностика, рекомендации, занятия Волгоград: Учитель, 2009 г.
3. Справочник. Аккредитованные учебные заведения. Издательство: ООО «Возрождение».
4. Справочник учебных заведений Красноярского края и Сибири. Красноярск «Поли-Информ» 2020 г.

#### **Интернет - ресурсы, которые могут быть использованы учителем для подготовки занятий:**

1. <http://metodkabi.net.ru/>
2. <https://www.kcp24.ru/>

#### **Средства обучения:**

##### **Дидактический материал:**

1. Определение темперамента (личный опросник Г. Айзенка в модификации Г. Резапкиной).
2. Тест эмоций (тест Басса - Дарки в модификации Г. Резапкиной).
3. Опросник "Тип мышления" (методика в модификации Г. Резапкиной).
4. Опросник «Определение типа будущей профессии» (методика Е.А. Климова).
5. Методика «Профиль» (модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока).
6. «Определение профессионального типа личности» (авторская модификация методики Д. Холланда).
7. «Определение технических способностей» (фрагмент Теста механической понятливости Бенета).



8. «Тест умственного развития» (школьный тест умственного развития в модификации Г. Резапкиной).
9. Тест «Интеллектуальная лабильность» (в модификации Г.В. Резапкиной).
10. Матрица профессионального выбора.
11. Тематические психологические кроссворды.
12. Ролевая игра «Конфликт».