

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки Ханты – Мансийского
автономного округа Югры
Администрация Нефтеюганского района
Департамент образования
Департамент образования Нефтеюганского района
Нефтеюганское районное муниципальное общеобразовательное бюджетное
учреждение «Сентябрьская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



Жарновская Т.Б.

Протокол №1 от «30» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР



Стехнович А.В.

Протокол №1 от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Сидорова Т.А.

Приказ №370-о от «31» 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
занятий
«Психология и выбор профессии»

Курс рассчитан на детей 13-15 лет

Срок реализации программы: 2024-2025 учебный год

Направление: внеурочная деятельность по развитию личности

Срок реализации: 1 год

Меркурьева П.А.,
педагог-психолог

п. Сентябрьский, 2024

ПРОГРАММА курса «Психология и выбор профессии» 7-8 класс

Раздел I	Профессиональное самоопределение.						
Цели	Формирование у учащихся способности к самоориентации, адекватности выбора профессии в соответствии со своими интересами, склонностями, физиологическими возможностями.						
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - Обобщить у учащихся знания о сферах трудовой деятельности, профессиях, карьере; - сформировать знания и умения объективно осуществлять самоанализ уровня развития своих профессионально важных качеств и соотносить их с требованиями профессий, сфер трудовой деятельности к человеку; - развивать представление о народном хозяйстве и потребности в трудовой деятельности, самовоспитания, саморазвитии и самореализации; - воспитывать уважение к физическому и умственному труду, к людям разных профессий; 						
Тема.	Кол. час.	Дата проведения	Тип урока	Содержание	Ученик должен		Вид контроля
					знать	уметь	
1. Введение. Предмет и задачи курса.	1		Сообщение новых знаний	Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана	- роль профессионального самоопределения в жизни человека; - основные разделы программы курса; - понятие личного профессионального плана; - основные структуры личного профессионального плана;	- обосновать важность выбора профессии в жизни человека; - называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии; - составлять личный профессиональный план	Анкета
2. Характер и самооценка.	1		Комбинированный	Характер. Виды черт характера. Самооценка. Анализ различных черт характера. Выявление уровня самооценки.	- определение понятий «характер» «самооценка» - виды черт характера.	- соотносить поведение человека с его чертами характера - выявлять уровень собственной само-	Тест

						оценки	
3. Что я знаю о себе. Темперамент. Свойства нервной системы.	1		Практикум	Нервная система человека. Типы нервной системы и их различия. Темперамент. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента.	<ul style="list-style-type: none"> - определения понятий «тип нервной системы», «темперамент»; - типы нервной системы и их различия; - типы темперамента. 	<ul style="list-style-type: none"> - характеризовать типы темперамента человека по его поведению; - характеризовать свой тип нервной системы; - выявить свой ведущий тип темперамента с помощью специального диагностических методик 	Тест
4. Темперамент и профессия.	1		Комбинированный	Учет типа темперамента при выборе профессии.	<ul style="list-style-type: none"> - какие профессии больше всего подходят для людей с разным типом темперамента; - особенности темперамента необходимо учитывать при выборе профессии. 	<ul style="list-style-type: none"> - соотносить типы темперамента с различными профессиями. 	Упражнение
5. Общение.	1		Комбинированный	Общение. Способность различных людей к общению. Деловое общение. Основные признаки делового общения.	<ul style="list-style-type: none"> - определение понятия «общение»; - определение понятия «деловое общение»; - признаки делового общения 	<ul style="list-style-type: none"> - определять уровень собственной общительности с помощью специальных диагностических методик; - использовать навыки делового общения в 	Практикум

						конкретных ситуациях	
6. Эмоциональное состояние и приемы саморегуляции.	1		Практикум	Самосознание. Самоконтроль. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Приемы саморегуляции.	- приемы саморегуляции.	- контролировать свои эмоции.	Практикум
7. Склонность и интересы в выборе профессии	1		Практикум	Понятия «склонности», «интересы». Выявление собственных интересов и склонностей в профессиональной сфере деятельности	- определение понятий «склонности», «интересы»	- выявлять собственные интересы и склонности в профессиональном плане.	Анкета
8. Формула профессии.	1		Работа в микрогруппах	Моделирование образа будущей профессии. Формула профессии (по мотивам методики Н.С. Пряжников). Классификация профессий по Е.А. Климову.	- классификацию профессий по предметам труда; - признаки профессии.	- выделять существенные признаки профессии; - классифицировать профессии.	Практикум
9. Стратегия выбора профессии.	1		Комбинированный	Три слагаемых правильного выбора: хочу, могу, надо. Взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их роль в оптимальном выборе профессии.	- взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их роль в оптимальном выборе профессии.	- адекватно соотносить свои желания со своими специальными способностями и требованиями рынка труда	Заполнение таблицы

				Необходимость соотнесения своих желаний («хочу») со своими способностями возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»)			
10. Ошибки и затруднения в выборе профессии.	1		Комбинированный	Мотивы выбора профессии. Ошибки и затруднения в выборе профессии.	- ошибки и затруднения в выборе профессий	- различать внешние мотивы выбора от внутренних и делать правильный выбор.	Упражнение
11. Здоровье и карьера	1		Комбинированный	Здоровье – один из факторов успешной профессиональной карьеры. Понятие «карьера». Виды карьеры: «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера». Построение и обоснование учащимися вариантов будущей карьеры	- определения понятий «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера»; - отличительные признаки различных видов карьеры. - влияние карьеры на здоровье и здоровья на карьеру.	- проектировать варианты своей будущей карьеры	Практикум
12. Профессионально – важные качества (ПВК). Самооценка ПВК.	1		Комбинированный	Профессионально важные качества - это свойства человека, необходимые для успешного овладения	Сущность и структуру ПВК. Виды ПВК.	Соотносить типы профессий по классификации Климова и ПВК.	Заполнение таблицы

				топ или иной профессиональной деятельностью.			
13. Современный рынок труда. Профессии 21 века	1		Комбинированный	<p>Понятия «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ». Потребности рынка труда в кадрах («надо»). Компоненты и субъекты рынка труда. Анализ регионального рынка труда. Выявление наиболее востребованных профессий.</p>	<p>- определение понятий «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ».</p> <p>- Компоненты и субъекты рынка труда.</p>	<p>- аргументировать причины выбора профессии с учетом текущего состояния рынка труда</p>	Устный опрос
14. Характеристика труда.	1		Сообщение новых знаний	<p>Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Анализ процесса, характера и условий труда различных профессий</p>	<p>- определение понятия «характеристика труда», «характер труда», «процесс труда», «условия труда»</p>	<p>- объяснять сущность понятий «характеристика труда», «характер труда», «процесс труда», «условия труда»;</p> <p>- приводить примеры и указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных профессий.</p>	Устный опрос
15. Типы профессий.	1		Урок усвоения новых	Типы профессий. Ве-	- основные типы про-	- определять про-	Тест

Матрица выбора профессии.			знаний, умений и навыков. Эвристическая беседа.	душий предмет труда каждого типа профессии. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.	фессий; - ведущий предмет труда каждого типа профессии	фессии, наиболее близкие своим интересам, с помощью матрицы выбора профессии	
16. Сто дорог – одна твоя.	1		Игра «Крестики – нолики»	формирование мотивации в выборе профессиональной области	Иметь представление о профессиях разных предметных областей	- ориентироваться в потоке информации	Игра
17. Как найти достойную работу.	1		Комбинированный урок	Качества и причины, которые мешают найти работу. Качества, которые помогают найти работу. Особенности поведения на собеседовании.	Имидж молодого человека, будущего работника. Правила поведения на собеседовании.	- обсуждать, принимать решение; - делать самостоятельный выбор, осознавать особенности поведения на собеседовании.	Практикум
18. Мотивы и ценностные ориентации в профессиональном самоопределении и построение карьеры	1		Комбинированный урок	Самоопределение личности. Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение	- определение понятия «самоопределение личности»; - виды самоопределения - определение понятия «профессиональное самоопределение»	- называть свои ценностные ориентации	Тест - анкета
19. Искусство самопрезента-	1		Урок - ролевая игра	Навыки самопрезентации	Стратегии самопрезентации.	Располагать к себе с помощью	Практикум

ции: язык телодвижений					Невербальные средства общения – мимика, жесты, телодвижения.	невербальных средств общения – мимики, жестов, телодвижений.	
20. Искусство самопрезентации: совершенствование вербальных возможностей	1		Урок - ролевая игра	Грамотная речь – один из компонентов профессиональной компетенции. Нормы деловой речи.	Нормы деловой речи.	Избавляться от слов-паразитов.	Практикум
21. Искусство самопрезентации: взаимодействие с людьми	1		Урок - ролевая игра	Стили и правила делового общения. Диагностика стиля общения. Ролевая игра «Интервью».	Правила делового общения	Устанавливать контакт с собеседником.	Практикум
22. Искусство самопрезентации: деловая этика	1		Урок - ролевая игра	Деловая этика. Деловые качества.	Этикет делового человека.	Применять деловую этику в жизни.	Практикум
23. Я учусь принимать решение	1		Комбинированный урок	Взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их роль в оптимальном выборе профессии и принятии решения.	- взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их роль в оптимальном выборе профессии и принятии решения.	- адекватно соотносить свои желания со своими специальными способностями и требованиями рынка труда	Практикум
24. Умение учитывать свои сильные и слабые стороны при выборе профессии.	1		Комбинированный урок	Мои достоинства и недостатки.	Достоинства и недостатки. Как развивать способности.	Учитывать свои сильные и слабые стороны при выборе профессии.	Практикум
25. Общие сведения о	1		Комбинированный урок	Общие сведения о до-	Документы, удостове-		Устный опрос

документах, удостоверяющих личность гражданина РФ.				кументах, удостоверяющих личность гражданина РФ.	ряющие личность гражданина РФ.		
26. Порядок устройства на работу. Практикум по написанию заявлений.	1		Комбинированный урок	Порядок устройства на работу. Документы при устройстве на работу.	Порядок устройства на работу. Перечень документов при устройстве на работу.	Оформлять заявления.	Практикум
28. Как подготовиться к собеседованию. Ролевая игра «Встреча с работодателем».	1		Урок - ролевая игра	Ролевая игра «Встреча с работодателем».	Вербальные и невербальные средства общения. Деловая одежда, внешний вид, деловая этика.	Правильно вести себя во время собеседования с работодателем.	Игра – практикум
29. Нормы профессиональной этики. Трудовая дисциплина.	1		Комбинированный урок	Нормы профессиональной этики. Трудовая дисциплина. Правила внутреннего трудового распорядка.	Нормы профессиональной этики и правила трудовой дисциплины.	Соблюдать и применять нормы профессиональной этики и правила трудовой дисциплины.	Тест
30. Рабочее место, его организация и содержание. Правила безопасности труда	1		Комбинированный урок	Охрана труда в организации.	Правила охраны труда	Применять и соблюдать правила охраны труда и техники безопасности на рабочем месте.	Устный опрос
31. Ответственный человек, какой он? Материальные поощрения и взыскания.	1		Комбинированный урок	Материальные поощрения и взыскания. Ответственность на рабочем месте.	Условия, виды и способы поощрения и взыскания.		Тест
32. Безработица. Как	1		Комбинированный урок	Акцентировать внима-	Несколько профессий.	Ориентироваться на	Устный опрос

её избежать?				ние на важность получения разных профессий.		рынке труда.	
33. встреча со специалистами службы занятости НР	1		Встреча или онлайн экскурсия		О работе службы занятости населения Нефтеюганского района	Обращаться в Службу занятости населения.	
34. Повторительно-обобщающее занятие	1		Повторительно-обобщающий	Урок в игровой форме «Своя игра».		Применять полученные ЗУН	
Итого	34						