

«Согласовано»

заместитель директора по ВР

МКОУ «Чилгирская СОШ»

А.С. Богаева /Богаева А.С./

«1» сентября 2021 г.

«Утверждаю»

директор

МКОУ «Чилгирская СОШ»

Х.И. Сангаджи-Горяева /Сангаджи-Горяева Х.И./

Приказ № 104

от «1» сентября 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Воспитательного мероприятия**  
**«Мой выбор»**

**Возраст школьников:** 11-й класс (17-18 лет)

**Срок реализации программы:** 2021-2022 уч. год

**Составитель:**

Манджиева Саглар Владимировна

воспитатель

## **1. Пояснительная записка**

### **Нормативно-правовая база**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Психология и профессиональная ориентация» составлена на основе программы Резапкиной Г.В., «Я и моя профессия»: Программы профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004. – 125 с.

**Программа рассчитана на 2 часа в неделю в 11 классе (68 часа в год)**

### **Цели программы**

Сформировать психологическую готовность к совершению осознанного профессионального выбора с учетом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся; Повысить компетентность обучающихся в области планирования карьеры; Развить у обучающихся способности к профессиональной адаптации в современных социальноэкономических условиях.

### **Задачи программы**

*Образовательные задачи:*

1. Формирование актуального для подростков информационного поля мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии, планирования карьеры;
2. Формирование знаний о системе учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, их требованиях к выпускникам школы.
3. Знакомство с «азбукой» трудоустройства и основами трудового права. Повышение уровня психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений. Расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;

*Воспитательные задачи:*

Определение степени соответствия профиля личности и профессиональных требований, внесение корректив в профессиональные намерения обучающихся;

Приобретение практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности обучающегося;

Формирование готовности выпускников школы к непрерывному образованию и труду с учетом потребностей нашего города, его развития и благополучия;

Развитие способности адаптироваться в реальных социально-экономических условиях. *Развивающие задачи:*

Развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;

Выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений и их динамики;

Формирование готовности к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязаний; Создание условий для развития прикладных умений (способность действовать в ситуации выбора, строить перспективные планы на будущее, решать практические проблемы в экспериментальной ситуации, корректировать выбор, презентовать себя);

Формирование положительного отношения к себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;

Формирование навыков коммуникативной и управленческой деятельности в процессе коллективной работы.

## **2. Содержание внеурочной деятельности**

I.Раздел:

Тема 1.

Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана. Основные теоретические сведения Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

II.Раздел: Познавательные процессы и способности личности

Тема 2.1.

Познавательные процессы и способности личности. Память. Внимание. Основные теоретические сведения Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания. Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявления особенностей внимания личности.

Тема 2.2.

Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение . Основные теоретические сведения Формы чувственного познания окружающего мира: ощущение, восприятие, представление, воображение. Анализ ситуаций, связанных с чувственным познанием мира, при помощи определенных заданий.

Тема 2.3.

Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Основные теоретические сведения Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления.

Особенности интеллектуальной сферы. Интеллект. Типы интеллекта.

Тема 2.4.

Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей . Основные теоретические сведения

Способности. Виды способностей: общие и специальные.

Разновидности специальных способностей. Условия развития специальных способностей.

III.Раздел:

Психология личности

Тема 3.1.

Типы нервной системы. Типы темперамента. Основные теоретические сведения Нервная система человека. Типы нервной системы и их различия. Темперамент. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента.

Тема 3.2.

Характер и самооценка . Основные теоретические сведения Характер. Виды черт характера. Самооценка. Анализ различных черт характера. Выявление уровня самооценки.

Тема 3.3.

Самоопределение. Профессиональное самоопределение .Основные теоретические сведения Самоопределение личности. Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение.

#### Тема 3.4.

Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Основные теоретические сведения Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды.

#### Тема 3.5.

Общение. Деловое общение. Основные теоретические сведения Общение. Способность различных людей к общению. Деловое общение. Основные признаки делового общения.

#### IV. Раздел:

Мир профессий

#### Тема 4.1.

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы . Основные теоретические сведения Классификация профессий. Цели труда. Орудия труда. Классификация профессий по Е.А.Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А.Климова. Профессиограмма.

#### Тема 4.2.

Типы профессий. Матрица выбора профессий. Основные теоретические сведения Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессий. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

#### Тема 4.3.

Характеристика профессий типа «Человек – человек». Основные теоретические сведения Характеристика профессий типа «человек-человек». Подтипы профессий типа «человек-человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек-человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-человек».

#### Тема 4.4.

Характеристика профессий типа «Человек – техника» .Основные теоретические сведения Характеристика профессий типа «человек-техника» ПВК профессий типа «человек-техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-техника». Тема 4.5.

Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система» Основные теоретические сведения Характеристика профессий типа «человек – знаковая система» ПВК профессий типа «человек -

знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек -знаковая система».

Тема 4.6.

Характеристика профессий типа «Человек – природа» Основные теоретические сведения Характеристика профессий типа «человек-природа» ПВК профессий типа «человек-природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-природа».

Тема 4.7.

Характеристика профессий типа «Человек – художественный образ». Основные теоретические сведения Характеристика профессий типа «человек - художественный образ» ПВК профессий типа «человек – художественный образ ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек- художественный образ».

V.Раздел:

Профессиональное самоопределение

Тема 5.1.

Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу») Основные теоретические сведения Понятия «склонности», «интересы». Выявление собственных интересов и склонностей в профессиональной сфере.

Тема 5.2.

Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей .Основные теоретические сведения Понятия «специальные способности», «профессиональная пригодность», «компенсация способностей». Виды профессиональной пригодности, их сущность.

Тема 5.3.

Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо») .Основные теоретические сведения 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.

Тема 5.4.

«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо» .Основные теоретические сведения Взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их

роль в оптимальном выборе профессии. Необходимость соотнесения своих желаний («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»).

Тема 5.5.

Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии. Основные теоретические сведения Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

VI. Раздел:

Подготовка к будущей карьере

Тема 6.1.

Понятие карьеры. Виды карьеры. Основные теоретические сведения Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение и обоснование учащимися вариантов будущей карьеры.

Тема 6.2.

Профессиональный рост. Основные теоретические сведения Должность. Внутренняя и внешняя оценка карьеры. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Цели собственной будущей карьеры. Планирование самообразования, необходимого для успешного профессионального роста.

Тема 6.3.

Самооценка, ее роль в жизни. Основные теоретические сведения Сформировать у учащихся представления о самооценке, ее важности в различных сферах жизни человека (общение, здоровье, профессиональный выбор).

Тема 6.4.

«Современный рынок труда и его требования к профессионалу» Основные теоретические сведения Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП. Развивающие процедуры. Деловая игра «Малое предприятие». Практическая работа. Определение изменений состава профессий на одном из предприятий за последние пять лет. Тема 6.5.

Имидж и этикет современного делового человека. Основные теоретические сведения Имидж, этикет современного делового человека. Понятие о дресс – коде.

Тема 6.6.

Профориентационная игра «Вакансия».

Тема 6.7-6.8.

Встречи с людьми востребованных рабочих профессий. Основные теоретические сведения Встречи с людьми востребованных рабочих профессий. Диалог. Вопросы и ответы.

Тема 6.9.

Защита проекта «Моя будущая профессия». Основные теоретические сведения Итоговые занятия, защита проекта «Моя будущая профессия».

### **3.Перечень информационно-методического обеспечения**

#### **Список литературы(основной и дополнительной):**

1. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004. – 125 с. 2. Афанасьева Н.В. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор»/ под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2007. «Закон об образовании». М.: Про-Пресс, 2004. 3. Климов Е.А. Как выбирать профессию? //Библиография.- М., 2005, №6 4. 5. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д: Феникс, 1996. 6. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2005. 7. Пряжников Н.С. Направления и методы профориентации.//Директор школы. №2, М., 2006. 8. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Профориентация. М.: «Академия», 2005. 9. Основы технологической культуры. Учебник для 10-11-х классов под ред. В.Д.Симоненко. М.: Вентана-Граф. 2007. 10. Образцова Т.Н. Ролевые игры для детей. М.: ООО Этрол, ООО ИКТЦ ЛАДА, 2005. 11. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под науч. ред. Л.А. Обуховой.- М.: «Вако», 2005. 12. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. М.: ВЛАДОС пресс, 2001. 13. Савченко М.Ю.



Профориентация (сценарии занятий, тренинги для учащихся 9-11 классов). М.: «Вако», 2005. 14. Столяренко Л.Д. Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях. Ростов/нД: «Феникс», 2005. 15. Прошицкая Е.Н. Выбирайте профессию. М.: «Просвещение», 1991. 16. Чернов С.В. Азбука трудоустройства. Элективный курс для 9-11 классов. М.: Вита-пресс, 2007. 17. Л.А.Ясюкова Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников (часть 1): Методическое руководство, Спб: «ИМАТОН», 2005

### **Список дополнительной литературы:**

#### **1. Голуб, Г. Б., Предпрофильная подготовка учащихся:**

Рекомендации по организации и проведению / Под ред. проф.

Е. Я. Когана. – Самара: Издательство «Учебная литература»,

Издательский дом «Фдоров», 2006. – 160 с. 2. Зуева, Ф. А.,

Предпрофильное и профильное образование учащихся:

основные подходы: метод. пособие / Ф. А. Зуева. – Челябинск:

Взгляд, 2006. – 143 с. 3. Твоя профессиональная карьера:

методика: кн. для учителя / С. Н. Чистякова, И. А. Умовская, Т.

И. Шалавина, А. И. Цуканов; под ред. С. Н. Чистяковой. – М.:

Просвещение, 2006. – 160 с. 4. Технология: твоя

профессиональная карьера: дидактич. материалы: кн. для

учителя / С. Н. Чистякова, Н. Ф. Родичев, Н. С. Пряжников, И.

А. Умовская; под ред. С. Н. Чистяковой. – М.: Просвещение,

2008. – 111 с.

#### **Электронные ресурсы:**

Презентации по профориентации:

1. PPT4WEB.ru Вернисаж профессий»;

2. <http://www.myshare.ru> Профориентация. Как правильно выбрать профессию?»;

3. Prezentacii.com Такие разные профессии»;

4. Электронные варианты тестов и тестовых методик по темам курса.

5. Презентации по профориентации: nsportai.ru Электронные

ресурсы: [www.moeobrazovanie.ru](http://www.moeobrazovanie.ru) Профориентация школьников.

Уроки по профориентации.

6. Урок по профориентации; Автор: Алла Якимова; «Экскурс в профессию»

7. Классный час; Автор: Алла Якимова ; «Экскурс в профессию» 8. Профориентационный урок "Экскурс в мир профессий" Фестиваль профессий; Автор: Лариса Шустрова; Форма проведения: фестиваль профессий.

#### 4. Предполагаемая результативность курса

Развивает самостоятельность, позволяет оценить собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию, систематизировать, анализировать полученные данные; освоению ими способов познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

#### 5. Учебно-тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Многообразие мира профессий.	2
2.	Я и выбор профессии	2
3.	Социальные проблемы труда.	4
4.	Разделение труда	2
5.	Классификации профессий	4
6.	Мотивы выбора профессии	4
7.	Здоровье и выбор профессии	4
8.	Типы темперамента и выбор профессии	5
9.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	4
10.	Профессиональная перспектива. Составление резюме	4
11.	Собеседование. Правила и нормы поведения	5

12.	Социально – экономические условия современной России	3
13.	Основы экономических знаний	4
14.	Рынок образовательных услуг	2
15.	Трудовой кодекс. Труд несовершеннолетних.	4
16.	Основы технологической культуры	4
17.	Личный профессиональный план	4
18.	Готовность к выбору профиля, профессии	4
19.	Подготовка и защита профориентационных проектов (профессиограммы, профпробы)	3
Всего		68