

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Афонинская средняя школа имени Героя Советского Союза  
Талалушкина Н.С.»**

Рассмотрена  
на заседании педагогического совета  
(протокол № 1 от 30.08.2017)

Утверждена  
приказом от 30.08.2017 № 195

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
факультативного курса по психологии  
«Психология и выбор профессии»  
9 класс

**Составитель**

Рязапова Елена Викторовна, педагог-психолог

**2017 год**

## Пояснительная записка

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательного школы предусматривается создание в старших классах системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учетом реальных потребностей рынка труда.

Выбор профессионального пути в старших классах предваряет профориентационная подготовка — система педагогической, психологической, информационной и организационной поддержки учащихся основной школы, включающая мероприятия по профильной ориентации и психолого-педагогической диагностике учащихся, их анкетирование, консультирование, организацию "пробы сил" и т.п. Профессиональная ориентация призвана способствовать принятию школьниками осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к социально-профессиональному самоопределению.

Программа "Психология и выбор профессии" разработана 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.

**Основная идея курса:** профессионал — это человек, которому профессиональная деятельность помогает удовлетворять практически все потребности, от низших до высших (самоуважение, самоактуализация). Профессионализм зависит не от содержания работы, а от квалификации, личностных качеств и мотивации человека. В профессионале все эти факторы гармонично сочетаются. Человек выбирает профессию и карьеру в соответствии со своими убеждениями и ценностями.

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

### **Основные задачи курса:**

- сформировать адекватные представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- ознакомить со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

**Сроки реализации программы, участники:**

Программа рассчитана на подростков 15-16 лет и включает в себя 34 занятия (один год обучения). Занятия проводятся 1 раза в неделю в рамках факультативного курса продолжительностью 40 минут.

## **Основное содержание**

### ***Характеристика основных этапов работы:***

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

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.

Все темы содержат в себе как теоретический, так и практический материал (заполнение тестов, анкет). Каждая тема заканчивается обобщающим уроком, в ходе которого обучающиеся должны составить свой психологический портрет на основе результатов тестирования и анкетирования, а также заполнить психологический кроссворд основными понятиями темы. Изучение курса заканчивается защитой проекта «Моя будущая профессия», в котором отражена информация, полученная в ходе самодиагностики, изучения профессий, требований рынка труда и возможностей получения профессионального образования.

### ***Содержание тем:***

#### *Тема 1. Что я знаю о своих возможностях (8 часов).*

В ходе освоения данного блока обучающиеся узнают о степени развития личностных качеств, непосредственно связанных с профессиональной деятельностью: самооценка, темперамент (опросник Г. Айзенка), эмоциональность (тест Басса-Дарки), стрессоустойчивость (методика «Определение уровня тревожности», тест «Оценка школьных ситуаций»), мышление (методика «Определение типа мышления»), внимание (методика «Корректирующая проба»), память (методика «10 слов»), уровень внутренней свободы (модифицированная методика УСК).

#### *Тема 2. Что я знаю о мире профессий (8 часов).*

Классификация профессий и помощь пирамиды Климова. Определение типа будущей профессии (методика А.Е. Климова). Признаки профессии, отличие профессии от специальности и должности. Формула профессии. Определение профессиональных интересов и склонностей с

помощью методики «Профиль» (А. Голомшток). Определение профессионального типа личности (Дж. Голланд). Выявление профессионально важных качеств различных типов профессии. Условия труда и медицинское ограничение профессиональной пригодности.

*Тема 3. Способности и профессиональная пригодность (8 часов).*

Отличие общих и специальных способностей. Определение технических способностей (тест Бенетта). Изучение способностей к интеллектуальным видам деятельности (Тест умственного развития). Определение способностей к профессиям социального типа («Поведение в конфликте» Томас). Выявление способностей к офисным видам деятельности (тест «Интеллектуальная лабильность»). Изучение способностей к предпринимательской деятельности (тест «Акулы» и «дельфины»). Выявление артистических способностей (анкета «Мыслитель или художник», практикум «Ведущее полушарие»). Изучение уровней профессиональной пригодности.

*Тема 4. Планирование профессиональной карьеры (10 часов).*

Определение мотивов выбора профессии (методика Е. Головахи), составление иерархии потребностей. Ознакомление с возможными ошибками при выборе профессии. Изучение современного рынка труда – наиболее и наименее востребованных профессий в стране и в области. Изучение способов получения профессии: среднее специальное образование, высшее образование. Обучение навыкам самопрезентации, составления резюме. Выработка оптимальной стратегии выбора профессии основанной на формуле ХОЧУ, МОГУ, НАДО. Защита проекта «Моя будущая профессия».

***Методы и техники, используемые в программе:***

1. Лекция
2. Беседа
3. Обращение к личному опыту обучающихся
4. Тестирование, анкетирование
5. Самодиагностика
6. Ситуативно-ролевые, деловые и развивающие игры
7. Контроль «уровня достижений» через заполнение кроссворда по итогам каждой темы

***Методическое обеспечение:***

Для успешной реализации программы «Психология и выбор профессии» не требуется специально организованных условий: занятие проводится с целым классом, работа проходит за партами. В классе должна быть классная доска, магнитофон, интерактивная доска, иллюстрации и наглядные пособия, ковровое покрытие. У каждого ученика должна быть

рабочая тетрадь, разработанная Резапкиной Г.В. специально для данного курса.

### **Требования к уровню подготовки выпускников**

В результате освоения программы «Психология и выбор профессии» ученик должен достичь следующих предметных результатов:

#### ***знать/понимать:***

- биологические характеристики человека;
- понятие о личности, направленности, структуре, потребностях личности; социально-типические и индивидуально-психологические качества личности;
- приемы анализа индивидуальных особенностей личности;
- роль адекватной самооценки при выборе профессии и в профессиональной последующей деятельности;
- сущность понятий профессиональные интересы, склонности, способности, их значимость в профессиональной деятельности;
- природные свойства нервной системы; эмоциональные состояния личности;
- ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленных свойствами нервной системы;
- роль эмоций в профессиональной деятельности человека;
- понятие о психических процессах и их роли в профессиональной деятельности; понятие о профессиональной деятельности и ее субъекте;
- понятие о специальности и квалификации работника;
- требования к качествам личности при выборе профессии; о возможностях личности в профессиональной деятельности;
- характеристику профессий и специальностей;
- понятие о личном профессиональном и жизненном плане, способы его составления и обоснования.
- основные понятия, принципы и направления анализа рынка труда;
- факторы, влияющие на уровень оплаты труда;
- средства получения информации о рынке труда и путях профессионального образования;
- виды и формы получения профессионального образования;
- виды учреждений профессионального образования.

#### ***уметь:***

- анализировать результаты психологической диагностики и самодиагностики;
- сопоставлять свои способности и возможности с требованиями профессии;

- составлять и обосновывать профессиональный личный план с учетом профессий и специальностей с точки зрения их востребованности;
- презентовать себя, составлять резюме;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

### Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Сроки
	<b>Что я знаю о своих возможностях</b>	<b>8</b>	
1.	Самооценка и уровень притязаний.	1	
2.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1	
3.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1	
4.	Определение типа мышления.	1	
5.	Внимание и память.	1	
6.	Уровень внутренней свободы.	1	
7.	Стресс и тревожность.	1	
8.	Обобщающий.	1	
	<b>Что я знаю о профессиях</b>	<b>8</b>	
9.	Классификация профессий. Признаки профессий.	1	
10.	Определение типа будущей профессии.	1	
11.	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	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.	1	
	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>	<b>8</b>	
17.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1	
18.	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	1	
19.	Способности к профессиям социального типа.	1	

20.	Способности к офисным видам деятельности.	1	
21.	Способности к предпринимательской деятельности.	1	
22.	Артистические способности.	1	
23.	Уровни профессиональной пригодности.	1	
24.	Обобщающий.	1	
	<b>Планирование профессиональной карьеры</b>	<b>10</b>	
25.	Мотивы и потребности	1	
26.	Ошибки в выборе профессии	1	
27.	Современный рынок труда	1	
28.	Пути получения профессии	1	
29.	Навыки самопрезентации	1	
30.	Стратегии выбора профессии	1	
31.	Обобщающий	1	
32-34.	Защита проекта «Моя будущая профессия»	3	

### Литература:

1. Волкова Т.Р., Мишин А.В. Секреты поиска работы. М., 2003.
2. Климов Е.А. Как выбрать профессию. М., 1991.
3. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера. М., 1991.
4. Процицкая Е.Н. Выбирайте профессию. М., 1991.
5. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.; Воронеж, 1997.
- 6. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. М., 2009.**
- 7. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Рабочая тетрадь учащегося. М., 2010.**
8. Рогов Е.И. Выбор профессии: становление профессионала. М., 2003.
9. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или Как найти свое место в жизни. М., 2000.
10. Степанов А.Н., Бендюков М.А., Соломин И.Л. Азбука профориентации. СПб., 1995.
11. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. М., 1995.