

Министерство образования, науки и молодежной политики

Нижегородской области

МБОУ Кочкуровская СШ

Приложение 20
к основной образовательной программе
основного общего образования
Утвержденной приказом,
от 22.06.2022 № 119

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Психология и выбор профессии»

для 9-11 классов основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Рогожин Александр Николаевич
учитель истории и обществознания

Планируемые результаты реализации программы

Личностные универсальные учебные действия:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучаться;
- формирование положительной мотивации к самопознанию и познанию других людей;
- формирование представлений об осознанном выборе и построении дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

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 ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные универсальные учебные действия:

- 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;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- смысловое чтение;
- рефлексия.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- **умение** организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать **индивидуально и в группе**, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей;
- умение планировать и регулировать свою деятельность.

Предметные результаты:

- знание основных психологических понятий: психические процессы самооценка, личность, уровень притязаний, успех, характер, темперамент, эмоции, стресс, интересы, склонности;
- умение определять свои психологические особенности и возможности: познавательные процессы, личностные особенности (темперамент, характер, самооценку и т. д.);
- овладение навыками и приемами развития своих особенностей и способностей;
- профессия, должность, специальность, типы профессий, их признаки, свой профессиональный тип личности, профессиональные качества.
- умение взаимодействовать в ходе групповой работы, формулировать свою точку зрения.

Требования к уровню подготовки учащихся

Учащиеся научатся понимать: о значении профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии; понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения; значение творческого потенциала человека, карьеры.

Учащиеся получают возможность получить представление: о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о предпринимательстве; о рынке труда. Учащиеся должны уметь: соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями.

Учащиеся должны научиться: соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

Содержание программы «Психология и выбор профессии»

1. Введение (1 час)

Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

2. Что я знаю о своих возможностях (8 часов)

Раскрытие значения самоуважения, чувства собственного достоинства. Выявление уровня самооценки. Формирования уверенности в себе.

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

Характер. Виды черт характера. Анализ различных черт характера.

Роль чувств и эмоций в жизни человека. Агрессивное поведение. Уровень эмоциональности человека и профессия.

Виды стресса. Тревожность. Определение уровня тревожности.

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления.

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приёмы запоминания. Внимание. Качества внимания. Виды внимания.

Обобщение изученного теоретического материала. Составление психологического портрета

3. Способности и профессиональная пригодность (8 часов)

Способности. Виды способностей: общие и специальные. Разновидности специальных способностей. Условия развития специальных способностей.

Особенности интеллектуальной сферы.

Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Профессионально важные качества руководителя. Определения уровня развития волевых качеств. Программа самоконтроля.

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

Профессии офисного типа. Атрибуты профессий офисного типа. Определение способностей к профессиям офисного типа.

Функциональная асимметрия головного мозга. Влияние доминирующего типа полушария на развитие способностей. Определение ведущего полушария.

Обобщение изученного теоретического материала. Степень сформированности способностей.

Тематическое планирование

№ п.п.	Наименование раздела и тем	Количество часов по рабочей программе	Количество часов на изучение темы	Количество контрольных работ	Проекты
1.	Введение	1	1		
2.	Что я знаю о своих возможностях	8	8		
3.	Способности и профессиональная пригодность	8	8		
	Итого:	17	17	-	-

Календарно – тематическое планирование

№п/п	Содержание	Количество часов	Дата	
			План	Коррекция
Введение (1 час)				
1	Предмет и задачи курса.	1		
Что я знаю о своих возможностях (8 часов)				
2	Самооценка и уровень притязаний. <i>Стартовая работа.</i>	1		
3	Темперамент и профессия Определение темперамента.	1		
4	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1		
5	Стресс и тревожность.	1		
6	Мышление. Определение типа мышления.	1		
7	Внимание и память.	1		
8	Уровень внутренней свободы.	1		
9	Обобщающий урок по теме: «Что я знаю о своих возможностях»	1		
Способности и профессиональная пригодность (8 часов)				
10	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1		
11	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	1		
12	Способности к профессиям социального типа.	1		
13	Способности к офисным видам деятельности	1		
14	Способности к предпринимательской деятельности.	1		
15	Артистические способности.	1		
16	Уровни профессиональной пригодности	1		
17	Обобщающий урок по теме: «Способности и профессиональная пригодность»	1		

Контрольно – оценочные материалы

Формы и средства контроля

1. Устный контроль: фронтальный опрос, направленный на диагностику теоретических знаний, самоконтроль.
2. Письменный контроль: тестирование, проект.

Текущий контроль осуществляется с помощью вопросов на понимание темы урока (предлагается Г.В. Резапкиной в разработках уроков).

После изучения каждой темы проводятся обобщающие уроки, на которых учащиеся заполняют таблицы, используя полученные знания и результаты тестирования.

Промежуточный контроль осуществляется на обобщающих уроках после каждого модуля (пользуясь записями в тетрадях и результатами тестов - оформляются таблицы), решаются кроссворды.

Итоговый контроль осуществляется в форме защиты итоговых проектов по теме «Моя будущая профессия» и проводится в виде демонстрации творческих работ.

Основой для определения уровня знаний обучающихся являются критерии оценивания - полнота знаний, их обобщенность и системность:

1. полнота и правильность - это правильный, полный ответ;
2. правильный, но неполный или неточный ответ;
3. неправильный ответ;
4. нет ответа.

При балльной системе оценивания обучающихся всех уровней обучения применяются следующие общедидактические критерии:

Отметка «5 (отлично)» ставится в случае:

1. знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объема программного материала;
2. умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации;
3. отсутствия ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах, устранения отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов педагога;
4. соблюдения культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Отметка «4 (хорошо)» ставится в случае:

1. знания всего изученного материала;
2. умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике;
3. наличие незначительных (негрубых) ошибок при воспроизведении изученного материала;
4. соблюдения основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Отметка «3 (удовлетворительно)» ставится в случае:

1. знания и усвоения материала на уровне минимальных требований программы, затруднения при самостоятельном воспроизведении, необходимости незначительной помощи учителя;
2. умения работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видеоизменённые вопросы;
3. наличия 1-2 грубых ошибок, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала;

4. незначительного несоблюдения основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Отметка «2 (неудовлетворительно)» ставится в случае:

1. знания и усвоения учебного материала на уровне ниже минимальных требований программы;
2. отсутствия умения работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы;
3. наличия нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала;
4. значительного несоблюдения основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Отметка «1 (неудовлетворительно)» ставится в случае:

отказ обучающегося от ответа, выполнения работы, теста, отсутствие выполненного (в том числе, домашнего) задания.

Критерии оценки письменных ответов в тестовом формате по курсу «Психология и выбор профессии»:

80% от максимальной суммы баллов – отметка «5»

60-80% - отметка «4»

40-60% - отметка «3»

0-40% - отметка «2»

Критерии оценки проекта:

Предлагается оценить каждую из позиций по следующей шкале:

Достигнуто в высокой степени	3 балла
Достигнуто частично	2 балла
Достигнуто в малой степени	1 балл
Не достигнуто (или не входило в цели)	0 баллов

1	Цели задания приняты учащимся, конкретны.
2	Замысел работы реализован.
3	Содержание оптимально (научно, грамотно, доступно).
4	Характер изложения предлагаемого материала доступный.
5	Учащийся использовал различные формы.
6	Работа способствовала формированию следующих качеств учащегося:
а)	любопытность и активность
б)	эмоциональность, отзывчивость
в)	общение с учителем и сверстниками
г)	соблюдение общепринятых норм и правил поведения
д)	способность решать интеллектуальные и личностные задачи, адекватные возрасту
е)	владение универсальными предпосылками учебной деятельности
ж)	владение необходимыми умениями и навыками
7	Учащийся сумел заинтересовать одноклассников.

Вывод:

от 42 до 35 баллов – высокий уровень

от 34 до 21 балла – средний уровень

ниже 21 балла - низкий уровень

№	Тема контрольной работы	Дата	Вид контроля	Литература
1	Стартовая работа		Фронтальный	
2	Тестирование по теме: «Профплан»		Тестирование	
3	Итоговая работа.		Фронтальный	
4	Защита проекта «Моя будущая профессия»		Защита проекта	

Анкета для выявления готовности школьников к выбору профессии
(подготовлен профессором В.Б. Успенским)

Цель: определение готовности учащихся к выбору профессии.

Учащимся предлагается прочитать нижеперечисленные утверждения и выразить свое согласие или несогласие с ними ответами «да» или «нет».

1. Вы уже твердо выбрали профессию.
2. Основной мотив выбора материальные интересы.
3. В избранной профессии вас привлекает сам процесс труда.
4. Вы выбираете учебное заведение, потому что туда пошли учиться ваши друзья.
5. Вы выбираете место учебы, потому что оно недалеко от дома.
6. Если вы не сможете поступить в избранное вами учебное заведение, то у вас есть запасные варианты.
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией.
8. Вам известны противопоказания, которые существуют для избранной профессии.
9. Не важно, кем работать, важно, как работать.
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала нужно получить аттестат.
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессии, вам недостает.
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств.
13. Согласны ли вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии?
14. Как вы думаете, учителя одобрили бы ваш выбор?
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии.
17. Вы консультировались о выборе профессии.
18. Главное в выборе профессии — возможность поступить в учебное заведение.
19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
21. Вы уверены, что родственники помогут вам поступить в вуз.
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой профессии.
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то вы будете пытаться вновь.
24. Для правильного выбора профессии достаточно вашего слова «хочу».

Обработка и интерпретация результатов

Анкета обрабатывается сразу, данные заносятся в тетрадь.

1 балл за каждый ответ «да» на вопросы: 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 22, 23.

1 балл за каждый ответ («нет» на вопросы: 2, 4, 5, 9, 10, 13, 15, 18, 21, 24.

Подсчитайте сумму и определите уровень готовности школьников к выбору профессии по следующей шкале:

0—6 баллов неготовность;

7—12 баллов низкая готовность;

13—18 баллов — средняя готовность;

19—24 балла — высокая готовность.

Методика «ПРОФПЛАН»

Это методика позволяет сделать вывод о том, насколько хорошо вы на данный момент смогли определиться со своим профессиональным будущим.

Вам предлагается в виде блок-схемы нарисовать возможные варианты своей профессиональной жизни. В прямоугольнике поместите этапы (варианты) профессиональной жизни (место учёбы, работы, специальность).

Соединяющие их стрелки это переходы между этапами. На стрелках или под стрелками поместите условия перехода (что нужно для того, чтобы этот переход произошёл).

Важно работать самостоятельно, потому что если вы напишите, как у соседа вы узнаете о нём, а не о себе. Не нужно ничего специально выдумывать, пишите только те этапы и условия, о которых вы уже сейчас размышляете. План может быть рассчитан на разное число лет. Не нужно стараться раздвигать эти границы, нужно описывать тот план, который вы рассматриваете.

Обработка результатов

Показатель качества *профплана* – степень его зрелости, которая определяется по 4 критериям: *вариативности, перспективности, реалистичности, конкретности.*

Вариативность – число независимых ветвей.

Перспективность – число лет, на сколько заглядывает профплан.

Реалистичность – число условий/ число стрелок.

Конкретность – число конкретных профессий / число прямоугольников.

Зрелость - совокупность вариативности, перспективности, реалистичности, конкретности.

Уровни зрелости профплана – 1-низкий, 2- средний, 3 – высокий.

Если число независимых «ветвей» профплана меньше 3-х – *вариативность* профплана низкая, если больше 4-х – высокая.

Если профплан «заглядывает» меньше чем на 5 лет вперёд – он обладает низкой *перспективностью*, больше 10 лет – высокой.

Реалистичность определяется по степени вероятности его реализации. Если условия для достижения этапов профплана обозначены менее чем в 50% случаев – реалистичность низкая, если больше, чем в 75% - высокая.

Если *конкретные* специальности для учебных заведений или предприятий расписаны менее чем в 50% случаев – профплан размыт, неконкретен, больше чем 75% - профплан обладает высокой конкретностью.

Анкета по элективному курсу «Психология и выбор профессии»

Учащимся предлагается в свободной форме, в виде сочинения. Написать свой отзыв по программе, учитывая следующие вопросы:

5. Что мне дало изучение этого элективного курса? Какие знания умения, навыки я приобрел?
6. Мое мнение о содержании, способах проведения занятий?
7. Что мне не понравилось при изучении курса и почему?
8. Что следовало бы изменить в программе, а что оставить.

Психологический кроссворд

Вспомните, какими словами обозначаются эти понятия, и впишите их в клетки.

1. Предмет труда профессий, связанных с исследованием, изучением и использованием природных ресурсов, уходом за животными и растениями.
2. Цели труда, заключающиеся в сравнении, проверке, оценке, сортировке.
3. Осмысленный порядок вещей.
4. Вещественные средства труда, используемые в работе плотника, хирурга, скульптора.
5. Ученый, автор самой известной в нашей стране классификации профессий.
6. Важнейшее условие правильного выбора профессии.
7. Цели труда, направленные на изменение предметов, материалов, процессов.
8. Влечение, интерес к какому - либо занятию.
9. Предмет труда в профессиях, связанных с текстами, формулами, расчетами, чертежами.
10. Предмет труда в профессиях, связанных с проектированием, производством и обслуживанием различных машин, приборов и механизмов.

Методики для начальной и заключительной диагностики:

1. Выбрали ли вы свою будущую профессию?

2. Назовите выбранную вами профессию.

3. Чем обусловлен Ваш выбор, что привлекает Вас в избранной профессии:

- А) её престижность
- Б) комфортные условия труда
- В) высокая материальная заинтересованность
- Г) близость к месту жительства
- Д) перспективность профессионального роста
- Е) общение с людьми
- Ж) романтичность профессии
- З) семейная традиция
- И) независимость в работе
- К) возможность творческой деятельности
- другое (укажите) _____

4. Что вы знаете о своей будущей профессии?

- А) предмет, содержание, условия труда
- Б) профессионально важные качества
- В) где можно получить эту профессию
- Г) спрос на эту профессию на рынке труда
- Д) медицинские противопоказания

5. Что мешает выбрать профессию?

- А) плохо знаю мир профессий
- Б) плохо знаю свои возможности
- В) не могу выбрать из нескольких вариантов
- Г) не знаю, как выбирать профессию
- Д) еще не думал (а) о выборе профессии

6. Предпринимаете ли вы что – нибудь для подготовки себя к будущей профессии?

- А) не вижу в этом необходимости
- Б) хотелось бы что-нибудь сделать, но не знаю, с чего начать
- В) частично готовлюсь
- Г) да, я готовлюсь к будущей профессии.

Анкета по элективному курсу «Психология и выбор профессии»

Учащимся предлагается в свободной форме, в виде сочинения. Написать свой отзыв по программе, учитывая следующие вопросы:

1. Что мне дало изучение этого элективного курса? Какие знания умения, навыки я приобрел?
2. Мое мнение о содержании, способах проведения занятий?
3. Что мне не понравилось при изучении курса и почему?
4. Что следовало бы изменить в программе, а что оставить.