

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Колыонская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
  
Л. А. Крылатова  
«31» 08 2020 г.  
лр. л 119

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
М.А. Иксанова  
«30» 08 2020 г.

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМС  
протокол № 01  
от «24» 08 2020 г.  
М.А. Кузнецова 16)

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Твоя профессиональная карьера»**

Составитель: учитель технологии Королькова Г.Н.

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол № 01 от  
«28» 08 2020 г.

## **Планируемые результаты**

### ***Личностные результаты:***

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать 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.

### ***Метапредметные результаты :***

- развить самостоятельность;
- оценить собственные возможности, способствовать овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;
- систематизировать, анализировать полученные данные;
- освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

### ***Предметные результаты:***

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и о 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;
- 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.

## **Содержание программы**

### **Путь к самопознанию. Образ «Я» и профессии.**

**Вводное занятие.**

**Цели и задачи курса.** Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «Технология. Твоя профессиональная карьера».

**Практическая работа.** Знакомство с дневником выбора профессии.

**Внутренний мир человека и возможности его познания.**

**Понятие личности.** Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.

**Общее представление о психологии как науке,** изучающей внутренний психологический мир человека.

**Методы изучения личности.**

**Практическая работа.** Составление «дерева» психологических качеств личности.

**Многообразие мира профессий**

**Труд в жизни человека и общества.**

**Разнообразие профессий.** Развитие личности и профессиональное самоопределение.

**Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.**

**Практическая работа.** Составление словаря профессий.

**Представление о себе и проблема выбора профессии**

**«Образ «Я» как система представлений о себе.** Структура «образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

**Диагностические процедуры.** Методика «Кто я?».

**Развивающие процедуры.** Методика «Произвольное самоописание» (с учетом модификации «я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального «я»»).

**«Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»)**

**«Хочу»** — склонности, желания, интересы личности; **«могу»** — человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); **«надо»** — потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии.

**Общее понятие о профессии, специальности, должности.**

**Личный профессиональный план.**

**Практическая работа.** Ответы на вопросы: какие три специальности относятся к одной профессии? К какой профессии относятся следующие специальности: хирург, стоматолог, терапевт, невропатолог? Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам (предлагается перечень профессий).

**Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)**

**Потребности и мотивы как условие активности личности.** Виды мотивов.

**Индивидуальные интересы.**

**Профессиональные намерения.**

**Диагностические процедуры.** Карта интересов; опросник профессиональной готовности.

**Развивающие процедуры.** Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.

**Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»)**

**Понятие профпригодности.** Профессионально важные качества. Активная роль личности при выборе профессии.

**Диагностические процедуры.** Методика самооценки индивидуальных особенностей.

**Практическая работа.** Знакомство с описаниями профессий.

**Социальные проблемы труда («надо»)**

**Разделение труда**

**Общественное разделение труда.** Территориальное разделение труда. Формы разделения труда на предприятии. Социальные перемещения. Содержание и характер трудовых функций.

**Профессионализация.** Специализация. Квалификация.

**Развивающие процедуры.** Игровая дискуссия «Кто нужен нашему селу, городу?».

**Содержание и характер труда.**

**Цель труда и его результаты.** Умственный и физический труд. Характер труда. Культура труда.

**Практическая работа.** Определить, в деятельности каких профессионалов преобладает труд сложный, простой, умственный, физический (предлагается перечень профессий).

**Процесс и условия труда** Современные требования к труду. Предметы и средства труда. Условия труда.

**Практическая работа.** Письменная работа на тему «Труд в современном обществе» с последующим обсуждением.

**Социально-психологический портрет современного профессионала.**

**Предприимчивость.** Интеллектуальность. Ответственность. Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений. Развивающие процедуры. Деловая игра «Мэрия».

**Анализ профессий**

**Основные признаки профессиональной деятельности.**

**Предмет труда.** Цели труда. Средства труда. Проблемность трудовых ситуаций. Коллективность процесса труда. Ответственность в труде. Условия труда.

**Формула профессии.** Понятие о профессиограмме. Практическая работа. Конкурс «Угадай профессию».

**Классификация профессий.**

**Способы классификации профессий.**

**Профессии типа «человек — человек», «человек — техника», «человек — природа», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ».** Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.

**Практическая работа.** Составление формул профессий.

**Здоровье и выбор профессии.**

**Учет состояния здоровья при выборе профессии.** Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по медицинским противопоказаниям.

**Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии.** Работоспособность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы.

**Практическая работа.** Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.

### **Психические особенности личности.**

**Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.**

**Общее представление о нервной системе и ее свойствах** (сила, подвижность, уравновешенность).

**Ограничения при выборе некоторых профессий,** обусловленные свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности.

**Диагностические процедуры.** Теппинг-тест; проба Лан-чиса.

**Темперамент в профессиональном становлении личности.**

**Общее представление о темпераменте.** Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности.

**Психологические состояния** (монотонность, утомление, психическая направленность в ситуациях аварийности и риска) в трудовом процессе.

**Диагностические процедуры.** Опросник Айзенка.

- Развивающие процедуры. Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях».
- Практическая работа. Анализ особенностей поведения людей, имеющих разные типы темперамента, в конкретных ситуациях.
- Затяжные отношения личности и типы профессий.
- Оценение к деятельности (удовлетворенность трудом, местом работы, профессией).
- Оценение к людям (профессиональные взаимоотношения). Отношение к самому себе.
- Специфические особенности самовосприятия и самооценивания.
- Оценение к предметному миру.
- Диагностические процедуры. Опросники «Ориентировочная анкета», «Отношение к другому человеку как к ценности».
- Развивающие процедуры. Деловая игра «Модель идеального города».
- Диагностические состояния личности.
- Затяжные и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы профессиональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния).
- Диагностические процедуры. Опросник «Беспокойство — тревога», методика «Незаконченные предложения».
- Развивающие процедуры. Ознакомление с простейшими приемами психической саморегуляции.
- Практическая работа. Самонаблюдение за динамикой настроения.
- Волевые качества личности.
- Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.
- Роль воли в процессе принятия профессиональных решений.
- Диагностические процедуры. Опросник «Какая у меня воля?».
- Практическая работа. Выполнение упражнений по воспитанию воли.
- Неисчерпаемость человеческих возможностей, ведущих к профессиональному успеху.**
- Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда.
- Способность к запоминанию.
- Общее представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение, забывание, узнавание и воспроизведение). Виды памяти и их роль в различных видах профессиональной деятельности. Условия развития памяти.
- Диагностические процедуры. Методики «Воспроизведение рядов цифр» (выявление объема кратковременной слуховой памяти); «Ассоциативное воспроизведение содержания занятий» (выявление объема долговременной словесной памяти).
- Развивающие процедуры. Сравнительный анализ эффективности механического и смыслового запоминания; психотехнические игры «Бег ассоциаций», «Домино».
- Способность быть внимательным.
- Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность).
- Наблюдательность как профессионально важное качество. Условия развития внимания.
- Диагностические процедуры. Методики «Перепутанные линии», «Отыскание чисел», «Корректурная проба».
- Развивающие процедуры. Психотехнические игры «Муха», «Хромая обезьяна».
- Способность оперировать пространственными представлениями.
- Роль образов в процессе переработки информации. Значение способности строить в уме пространственные представления и оперировать ими для решения определенных профессиональных задач.
- Диагностические процедуры: Методика «Сложение фигур».
- Развивающие процедуры. Выполнение задания «Магическая фигура», методика «Кубики».

**Способность устанавливать связи и закономерности между понятиями.**

**Способность к выявлению и установлению связей как условие эффективности профессионального труда. Основные типы связей.**

**Диагностические процедуры.** Методики «Выявление сущностных связей между понятиями», «Сложные ассоциации».

**Развивающие процедуры.** Методики «Способы использования предмета», «Невозможные ситуации», «Путешествие в прошлые и будущие состояния предмета».

**Способность изменять способы интеллектуальной деятельности.**

**Психологическая характеристика ригидности (гибкости) интеллектуальной деятельности.**

**Познавательные «барьеры» в различных типах профессий, возможности их преодоления.**

**Способность к ломке шаблонных связей как условие оригинальности интеллектуальной деятельности.**

**Диагностические процедуры.** Методика «Решение серии арифметических задач», работа с текстом, имеющим противоречие.

**Развивающие процедуры.** Решение задачи «9 точек», методика «Разрыв привычных связей».

**Индивидуальные стили кодирования информации.**

**Соотношение трех основных форм кодирования информации:** словесной, образной и чувственно-сенсорной. Роль образного и чувственно-сенсорного опыта в стимулировании творческой профессиональной активности.

**Диагностические процедуры.** Методика «Пиктограмма».

**Развивающие процедуры.** Психотехнические игры «Метафоры», «Живые скульптуры», «На что похоже?», «Немой художник», «Перевоплощение».

**Индивидуальные стили переработки информации.**

**Индивидуальные различия в способах восприятия и понимания происходящего.**

**Диагностические процедуры.** Методики «Свободная сортировка», «Включение фигуры». Неисчерпаемость человеческих ресурсов.

**Творческое отношение к собственной жизни. Психологические механизмы компенсации.**

**Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей профессиональной судьбы. Программа и средства самовоспитания.**

**Развивающие процедуры.** Деловая игра «Организация совместного предприятия с представителями внеземной цивилизации».

**Практическая работа.** Составление индивидуальной программы самовоспитания.

**Человек в новых социально-экономических условиях.**

**Структурная перестройка экономики. Новая индустриализация**

**Развитие производственной инфраструктуры. Сфера услуг. Конверсия.**

**Развитие сельского хозяйства. Земельная реформа. Фермерство.**

**Экологические проблемы и их решение.**

**Хозяйственный механизм: экономические рычаги, управление. Разгосударствление экономики. Приватизация. Хозяйственная инициатива. Коммерческий риск. Маркетинг.**

**Менеджмент. Контрактные связи. Малый бизнес. Иностранные инвестиции.**

**Развивающие процедуры.** Сюжетно-ролевая игра «Пресс-конференция».

**Человек среди людей .**

**Личность и межличностные отношения в группах. Лидерство. Совместная деятельность в трудовом коллективе. Психологическая совместимость людей. Принятие групповых решений.**

**Виды общения.** Конфликты, пути разрешения конфликтных ситуаций.

**Диагностические процедуры.** Опросники «Потребность в общении», «Диагностика межличностных отношений», «Эмпатия».

**Развивающие процедуры.** Элементы социально-психологического тренинга (умение вести диалог, поведение в конфликтных ситуациях). Психотехническая игра «Угадай человека».

## **Человек на рынке труда.**

**Современный рынок труда и его требования к профессиональному.**

**Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйствственные ассоциации, объединения. Кооперация, аренда, индивидуальная трудовая деятельность.**

**Новый тип организаций людей в производственной деятельности в условиях рыночной экономики. Самоокупаемость. Самофинансирование.**

**Рынок, его функции, структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок. Конкуренция. Конъюнктура рынка. Формирование рыночной инфраструктуры. Развитие предпринимательства.**

**Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение).**

**Прогнозирование состояния рынков рабочей силы.**

**Занятость населения. Безработица.**

**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.**

**Пути получения профессии.**

**Система профессионально-технического образования. Типы профессиональных училищ, условия приема и обучения в них. Подготовка рабочих на производстве.**

**Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения.**

**Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов.**

**Возможности квалификационного роста.**

**Практическая работа. Письменная работа «Мой путь в профессию».**

**Моя профессиональная карьера.**

**Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.**

**Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека.**

**Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.**

**Развивающие процедуры. Деловые игры «Биржа труда» (защита профессии), «Профконсультация».**

**Практическая работа. Анализ личного профессионального плана.**

**Оценка способности школьников к выбору профессии.**

**Общие основы оценки способности личности к выбору профессии.**

**Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности (профессиональных пробах).**

**Показатель соответствия выбранной профессии склонностям учащегося.**

**Практическая работа. Определение способности школьников к выбору профессии.**

**Профконсультационные услуги.**

**Виды профконсультации. Возможность получения профессиональной и медицинской консультации.**

## **Тематическое планирование**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Путь к самопознанию. Образ «Я» и профессии.	14
2	Психические особенности личности.	5
3	Неисчерпаемость человеческих возможностей, ведущих к профессиональному успеху.	11
4	Человек на рынке труда.	5
	Итого	35