

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании ШМО  
учителей физической  
культуры  
руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_/ Толканев Д.С./  
протокол  
от « » августа 2023 г.  
№

**СОГЛАСОВАНА**  
заместитель директора  
\_\_\_\_\_/Опашинина О.С./  
« » августа 2023 г.

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании  
педагогического  
совета,  
Протокол  
от « » августа 2023 г.  
№ \_\_\_\_

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом ОГБОУ  
«СОШ № 20 с УИОП  
г. Старого Оскола»  
от « » августа 2023 г.  
№ -ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
внеурочной деятельности  
«Психология личности»

Направление социальное  
(для программ внеурочной деятельности)  
Форма организации клуб  
Класс 10  
Возраст детей 15-16 лет  
Год обучения первый  
Педагог Полозова Ирина Александровна

Автор программы: Полозова И.А., педагог-психолог

Старый Оскол  
2023

## **Пояснительная записка**

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

Актуальность программы определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии.

Рабочая программа «Психология личности» или

«Успех в выборе профессии» по внеурочной деятельности составлена в соответствии с Федеральным государственным стандартом основного общего образования (Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в ФГОС ООО, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897») авторской программы «Психология и выбор профессии» (программа предпрофильной подготовки) (автор Резапкина Г.В.) и реализует социальное направление внеурочной деятельности в школе.

**Цель программы:** формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

### **Задачи программы:**

1. Формирование актуального для подростков информационного поля мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии, планирования карьеры;

2. Определение степени соответствия профиля личности и профессиональных требований;
3. Приобретение практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности обучающегося;
4. развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;
5. Выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений и их динамики;

**Формы и методы работы:** активная лекция, поисковая беседа, самодиагностика, деловая игра, практическая работа с элементами тренинга и др.

### **Раздел 1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **Личностные результаты:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста,

взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

### **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 её решения.
5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

#### Познавательные универсальные учебные действия:

1. 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.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение

**Раздел 2. Содержание программы курса внеурочной деятельности:**

9 класс (17 часов)

***1. Введение в курс (1 час).***

*Основные теоретические сведения.* Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Обсуждение правил работы на занятиях. Сбор информации.

*Задачи занятия:*

- определить основные цели и задачи курса
- познакомиться со структурой занятий

*Форма проведения:* познавательная беседа

***2. Что я знаю о профессиях. (7 часов).***

*Основные теоретические сведения о понятиях «профессия», «специальность» «должность».*

Рассматриваются основные классификации профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии. Характеристика труда: содержание, характер, процесс и условия труда. Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ».

*Практическая часть. Диагностические пробы в рамках установленных тем.*

## **2.1 Классификация профессий. Признаки профессии**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с разными классификациями профессий
- научиться соотносить профессию и ее типологию

*Форма проведения:* поисковая беседа

## **2.2. Определение типа будущей профессии**

*Задачи занятия:*

- определить тип будущей профессии с помощью методики Е.А. Климова
- научиться соотносить индивидуальные результаты диагностики с установленными параметрами

*Форма проведения:* Самодиагностика

## **2.3 Профессия, специальность, должность. Формула профессии**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с понятиями «профессия», «специальность», «должность»
- научиться разграничивать данные понятия
- определить собственную формулу профессии (цель труда – предмет труда,

средства труда – условия труда)

*Форма проведения:* поисковая беседа

## **2.4 Интересы и склонности в выборе профессии**

*Задачи занятия:*

- актуализировать понятия «интересы» и «склонности»
- научиться соотносить склонности и интересы и типами профессий

*Форма проведения:* Активная лекция

## **2.5 Определение профессионального типа личности**

*Задачи занятия:*

- определить профессиональный тип личности с помощью модифицированной методики Дж. Голланда
- научиться соотносить индивидуальные результаты диагностики с установленными параметрами

*Форма проведения:* Самодиагностика

## **2.6 Профессионально важные качества**

*Задачи занятия:*

- научиться анализировать черты характера, особенности мышления и свойства нервной системы (тип темперамента) как профессионально важные качества
- развивать умение работать в группах, учитывать мнение другого человека

*Форма проведения:* Практическая работа

## **2.7 Профессия и здоровье**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с медицинскими ограничениями профессиональной пригодности

- научиться соотносить факторы, ограничивающие профессиональный выбор и типы профессий по условиям труда

*Форма проведения:* Круглый стол

### ***3. Способности и профессиональная пригодность (2 часа).***

*Основные теоретические сведения .* Соотнесение разных видов способностей к определенным типам профессиональной деятельности.

*Практическая часть.* Изучение уровней профессиональной пригодности.

#### **3.1 Способности и профессиональная пригодность**

*Задачи занятия:*

- актуализировать понятие «способности», виды способностей
- определить наличие способностей к разным видам профессиональной деятельности

*Форма проведения:* Практическая работа с элементами тренинга

#### **3.2 Уровни профессиональной пригодности**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с уровнями профессиональной пригодности
- научиться определять по кейсам уровень профессиональной пригодности

*Форма проведения:* Активная лекция

### ***4. Планирование профессиональной карьеры (6 часов).***

*Основные теоретические сведения.* Определение собственных мотивов и потребностей при выборе профессии. Рассмотрение современного рынка труда.



Развитие навыка написания резюме и самопрезентации. Изучение ошибок в выборе профессии.

#### **4.1 Мотивы и потребности**

*Задачи занятия:*

- актуализировать понятия «мотивы», «мотивация», «потребности»
- определить и проанализировать собственные мотивы профессиональной деятельности

*Форма проведения:* Тренинг

#### **4.2 Ошибки в выборе профессии**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с типичными ошибками в выборе профессии
- научиться определять по кейсам ошибки при профессиональном самоопределении

*Форма проведения:* Поисковая беседа

#### **4.3 Современный рынок труда**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с состоянием современного рынка труда
- научиться анализировать рынок труда в своем регионе

*Форма проведения:* Круглый стол

#### **4.4 Пути получения профессии**

*Задачи занятия:*

- познакомиться с путями получения профессии (среднее специальное образование, высшее образование, дополнительная профессиональная переподготовка)
- определить подходящий для учащегося путь получения профессии

*Форма проведения:* Практическое занятие с элементами тренинга

#### **4.5 Навыки самопрезентации**

*Задачи занятия:*

- научиться составлять резюме
- отработать навыки представления себя

*Форма проведения:* Деловая игра

#### **4.6 Стратегия выбора профессии**

*Задачи занятия:*

- познакомиться со стратегией выбора профессии «хочу – могу – надо»
- отработать данную стратегию на кейсах.

*Форма проведения:* Активная лекция

#### **5. Итоги курса (1 час).**

Оценить изменения и достижения учащихся. Обобщить основные знания и навыки детей, полученные или в течение года.

*Задачи занятия:*

- учиться оценивать собственные полученные знания за пройденный курс

*Форма проведения:* Круглый стол

### **Раздел 3. Тематическое планирование**

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Наименование раздела и тем</b>                                | <b>Количество<br/>часов</b> |
|------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| <b>I</b>         | <b>1. Введение в курс</b>                                        | <b>1</b>                    |
| <b>1</b>         | Профессиональная деятельность как способ самореализации личности | <b>1</b>                    |

|            |                                                        |           |
|------------|--------------------------------------------------------|-----------|
| <b>II</b>  | <b>2. Что я знаю о профессиях</b>                      | <b>14</b> |
| 2          | Классификация профессий. Признаки профессии            | 2         |
| 3          | Определение типа будущей профессии                     | 2         |
| 4          | Профессия, специальность, должность. Формула профессии | 2         |
| 5          | Интересы и склонности в выборе профессии               | 2         |
| 6          | Определение профессионального типа личности            | 2         |
| 7          | Профессионально важные качества                        | 2         |
| 8          | Профессия и здоровье                                   | 2         |
| <b>III</b> | <b>3. Способности и профессиональная пригодность</b>   | <b>4</b>  |
| 9          | Способности и профессиональная пригодность             | 2         |
| 10         | Уровни профессиональной пригодности                    | 2         |
| <b>IV</b>  | <b>Планирование профессиональной карьеры</b>           | <b>12</b> |
| 11         | Мотивы и потребности                                   | 2         |
| 12         | Ошибки в выборе профессии                              | 2         |
| 13         | Современный рынок труда                                | 2         |
| 14         | Пути получения профессии                               | 2         |
| 15         | Навыки самопрезентации                                 | 2         |
| 16         | Стратегия выбора профессии                             | 2         |
| <b>V</b>   | <b>Итоги курса</b>                                     | <b>1</b>  |
| 17         | Подведение итогов проеденного курса                    | 1         |
|            | <b>Всего 34 часа</b>                                   |           |

#### Раздел 4. Перечень учебно-методических средств обучения

##### Для педагога:

| №  | Автор, год издания    Название пособия                                                                                                                  | Вид пособия                                     |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 1. | Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – 8-е изд. – М.: Генезис, 2017. – 208 с. | Методическое пособие для педагогов и психологов |
| 2. | Климов Е.А. Как выбирать профессию. – М.: Просвещение, - 1990. – 159 с.                                                                                 | Методическое пособие для педагогов и психологов |
| 3. | Чистякова С. Н. Твоя профессиональная карьера. Дидактический материал по курсу (Книга для учителя). – М. – 2000.                                        | Методическое пособие для педагогов и психологов |

##### Для учащихся:

| №  | Автор, год издания    Название пособия                                                                                                                 | Вид пособия     |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| 1. | Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Рабочая тетрадь учащегося. – 13-е изд. – М.: Генезис, 2017. – 144 с. | Рабочая тетрадь |

### Материально-техническое обеспечение

| №<br>п/п | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения                                                                                    | Количество             |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 1.       | Технические средства обучения (ТСО):<br>компьютер;<br>мультимедиапроектор;<br>экран;<br>сканер;<br>принтер;                                             | 1<br>1<br>1<br>1<br>1  |
| 2.       | Экранно-звуковые пособия:<br>Видеофрагменты и другие информационные объекты (изображения и видеозаписи), отражающие основные темы курса;<br>CD – диски. | к каждому занятию      |
| 3.       | Оборудование класса:<br>Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц<br>Магнитная доска<br>Интерактивная доска (по возможности)         | 1<br>1<br>1            |
| 4.       | Другие средства обучения:<br>Бланки для тестирования<br>Листы бумаги формата А4<br>Цветные карандаши, фломастеры                                        | По количеству учеников |