

Рассмотрена
на заседании методического объединения
учителей-предметников
протокол № __1__
от «_31_» августа 2023г.
Председатель МО _____
Маргвелашивили М.О.

УТВЕРЖДАЮ _____

Директор ГБОУ ООШ №2 г.о.Октябрьск

Михайловская Н.Н.

Приказ № 590–од от 31.08.2023 г.

Согласована

зам.директора по УВР
ГБОУ ООШ №2 г.о.Октябрьск
Маргвелашивили М.О.

Программа

внеурочной деятельности

ПРЕДМЕТ: *«Предпрофильные курсы»*

КЛАСС: **9**

Нормативной базой для разработки рабочей программы по предмету «Предпрофильные курсы» для 9 класса являются:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказы Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

3. Авторская программа Г.В. Резапкиной «Программа предпрофильной подготовки для 9 –х классов «Психология и выбор профессии», М.: «Генезис»;

4. Учебный план ГБОУ ООШ №2 г.о. Октябрьск.

«Предпрофильные курсы» в основной школе изучается в 9 классе. Общее число учебных часов за один год обучения – 34 часа.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Предпрофильные курсы» в 9 классе

Личностные результаты освоения курса «Предпрофильные курсы» в 9 классе:

- умение адекватно вести себя в различных ситуациях, связанных с рынком труда;
- умение различать и описывать свои эмоциональные состояния;
- способность контролировать эмоции, управлять ими;
- умение отстаивать свою позицию в выборе профессии;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

Метапредметные результаты освоения курса «Предпрофильные курсы» в 9 классе:

- умение анализировать;
- умение работать с текстом;

-развитие воображения;

-развитие внимания и памяти

Предметные результаты освоения курса «Предпрофильные курсы» в 9 классе:

-оценивать взаимосвязь индивидуальных особенностей и деятельности;

-познакомиться со способами анализа собственных достоинств и недостатков;

-использовать способы мотивации на работу с собственными недостатками;

-способы организации своего времени;

-применять на практике техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;

-знать этические принципы общения и взаимодействия с социумом.

Содержание курса внеурочной деятельности

«Предпрофильные курсы» в 9 классе

Программа подготовки учащихся 9 класса предполагает систематическое, последовательное изучение тем, позволяющих учащимся расширить свои знания и умения в области выбора дальнейшего образовательного маршрута. Темы уроков постепенно расширяют область применения полученных данных. Учащиеся последовательно в течение учебного года получают знания о своих возможностях и способностях, расширяют свои знания о профессиях и их востребованности на рынке труда, учатся планировать самостоятельный карьерный рост.

Программа предполагает опору учащихся в выборе профессии на собственные индивидуальные особенности, интересы и стремления. Содержание учебного предмета состоит из четырёх основных разделов: «Что я знаю о своих возможностях», «Что я знаю о профессиях», «Способности и профессиональная пригодность», «Планирование профессиональной карьеры».

Обязательной частью программы является использование тестирования и индивидуальная оценка полученных результатов. Некоторые темы занятий предполагают выполнение самостоятельных заданий учащимися дома, что даёт

возможность оценить уровень сформированности самостоятельности учащихся в решении задач профессионального самоопределения.

Содержание курса

Что я знаю о своих возможностях – 7 ч.

Урок 1. Самооценка и уровень притязаний – 1ч.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по выбору профессий. Составление личного профессионального плана и защита проекта «Моя будущая профессия» как итог работы. Самопрезентация, самооценка в профессиональной деятельности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех.

Диагностические процедуры. Самооценка индивидуальных качеств по методикам «Кто Я?», «Какой Я?».

Урок 2. Темперамент и профессия. Определение темперамента- 1ч.

Темперамент и свойства нервной системы. Стабильность - чувствительность, интроверсия - экстраверсия. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления в профессиональной деятельности. Практическая работа. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация личностного опросника Г. Айзенка «Определение темперамента».

Урок 3. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций-1ч.

Чувства и эмоции, их роль в профессиональной деятельности. Способы выражения. Регуляция эмоционального состояния.

Практическая работа. Самоанализ эмоциональных состояний.

Диагностические процедуры. Модификация теста Басса-Дарки «Тест эмоций».

Урок 4. Что такое стресс- 1ч.

Тревожность. Эустресс и дистресс. Реакция на стресс. Связь с темпераментом, личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием.

Практическая работа. Анализ качеств характера, провоцирующих конфликты, препятствующих возникновению конфликтов.

Диагностические процедуры. Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций».

Урок 5. Определение типа мышления. Внимание и память - 1ч.

Мышление как средство познания. Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Ведущий тип мышления как индивидуальный способ преобразования информации. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное. Тип мышления и успешность в определенных видах профессиональной деятельности.

Креативность.

Практическая работа. Анализ основных характеристик мышления. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Определение ведущего типа мышления».

Общее представление о внимании и памяти. Основные свойства внимания: устойчивость, объем, переключаемость, распределение, концентрация. Основные функции памяти. Слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая память. Условия развития внимания и памяти. Роль в профессиональной деятельности.

Практическая работа. Упражнения «Двойной счет», «Муха». Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры: Методика «Воспроизведение рядов цифр», «Отыскание чисел», «Корректирующая проба».

Урок 6. Уровень внутренней свободы - 1ч.

Уровень внутренней свободы как субъективное ощущение человека. Влияние на отношение к событиям своей жизни и принятие решений. Зависимость от внешних обстоятельств, мнения окружающих, средств массовой информации.

Практическая работа. Анализ ситуаций.

Диагностические процедуры: методика «Уровень внутренней свободы».

Урок 7. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях» - 1ч.

Практическая работа «Мой психологический портрет». Психологический кроссворд.

Что я знаю о профессиях – 9 ч.

Урок 8. Классификации профессий. Признаки профессии. Формула профессий. Профессия, специальность, должность. -1ч.

Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Предмет, цели, средства, условия труда. Профессии типа «человек-человек», «человек-техника», «человек-природа» «человек - знаковая система» «человек-художественный образ».

Практическая работа. Упражнения «По горячим следам», «Назови профессию».

Работа со «словарем профессий».

Урок 9-14. Профессиональные пробы – 6 ч.

Урок 15. Определение типа будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии - 1ч.

Характеристика профессий по признакам профессиональной деятельности.

Практическая работа. Игры «Аукцион», «По горячим следам». Работа со словарем профессий.

Диагностические процедуры. Методика Е.А. Климова «Определение типа будущей профессии».

Урок 16. Определение профессионального типа личности. Профессиональные качества. Профессия и здоровье - 1ч.

Связь между психологическим типом человека и его профессией. Типы личности (по Дж. Голланду): реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический. Приспособленность различных типов к профессиональным областям.

Практическая работа. Анализ профессионального типа личности. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация методики Дж. Голланда «Определение профессионального типа личности».

Качества личности, необходимые для успешности профессиональной деятельности. Требования профессии к человеку. Черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области.

Практическая работа. Анализ профессиональных типов личности и черт характера, особенностей мышления, свойств нервной системы. Игра «Профессионально важные качества».

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Требования к здоровью человека. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Условия и режим труда.

Практическая работа. Анализ медицинских ограничений профессиональной пригодности. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Мое здоровье»
(опросник «Вегетативная лабильность»).

Способности и профессиональная пригодность- 8ч.

Урок 17. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. - 1ч.

Задатки, общие и специальные способности. Условия развития способностей. Способности к практическим видам деятельности: к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, формированию двигательных навыков.

Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Определение технических способностей» (фрагмент Теста механической понятливости Бенета).

Урок 18. Способности к интеллектуальным видам деятельности - 1ч.

Уровень общего умственного развития как условие успешной профессиональной деятельности. Условия развития интеллектуальной активности.

Практическая работа. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Тест умственного развития» (Школьный Тест Умственного Развития в модификации Г. Резапкиной).

Урок 19. Способности к профессиям социального типа - 1ч.

Личностные особенности человека, обеспечивающие успешность профессий социального типа: эмоциональная устойчивость, умение общаться, тип темперамента, поведение в конфликтных ситуациях. Взаимодействие в профессиях социального типа. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Практическая работа. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт».

Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Особенности поведения в конфликтных ситуациях».

Урок 20. Способности к офисным видам деятельности - 1ч.

Интеллектуальные и личностные особенности, определяющие успешность профессиональной деятельности людей, относящихся к офисному типу.

Профессионально важные качества: аккуратность, потребность систематизировать и классифицировать информацию.

Практическая работа. Работа со словарем профессий. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Интеллектуальная лабильность» (авторская модификация).

Урок 21. Способности к предпринимательской деятельности - 1ч.

Профессионально важные качества руководителя и предпринимателя: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость.

Практическая работа. Анализ профессионально важные качества руководителя и предпринимателя, степени развития этих качеств. .Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Стратегия разрешения конфликтных ситуаций».

Урок 22. Эстетические способности - 1ч.

Специальные способности: артистические, литературные, музыкальные, способности к изобразительному искусству. Функциональная асимметрия.

Практическая работа. Анализ принадлежности к «мыслителям» или «художникам», определение активности и доминирования правого или левого полушария. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Мыслитель или художник».

Урок 23. Уровни профессиональной пригодности - 1ч.

Степени профессиональной пригодности человека: профессиональная непригодность к конкретной профессии, профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий, соответствие конкретной профессиональной деятельности, призвание. Призвание - высший уровень профессиональной пригодности. Истоки отношения человека к труду. Классификация типов личности Э. Фромма: рецептивный, эксплуататорский, стяжательский, рыночный, творческий.

Практическая работа. Анализ продуктивности типов личности (по Э. Фромму).

Урок 24. Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность - 1ч.

Степень сформированности способностей к практической работе, к интеллектуальной работе, к профессиям социального типа, к офисной работе, к предпринимательству, эстетических способностей.

Практическая работа. Самоанализ «Мои способности», работа с психологическим кроссвордом.

Планирование профессиональной карьеры - 10 ч.

Урок 25. Мотивы и потребности - 1ч.

Мотивы трудовой деятельности. Уровень профессионализма, мотивация, система ценностей человека. Мотивация как важнейшее условие профессиональной самореализации личности. Пирамида человеческих потребностей Маслоу.

Практическая работа. Анализ профессиональной и внепрофессиональной мотивации, анализ жизненно важных ценностей.

Диагностические процедуры. Методика Головахи «Определение мотивации».

Урок 26. Ошибки в выборе профессии - 1ч.

Основные ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, влияние других лиц. Причины ошибок в выборе профессии.

Практическая работа. Анализ возможных причин ошибок выбора профессии, анализ достоинств и недостатков профессий, работа со словарем профессий, игра «Оптимисты» и «Скептики».

Урок 27. Современный рынок труда - 1ч.

Рынок труда как система социально-экономических взаимоотношений. Закон спроса и предложения. Трудовое соглашение или контракт. Заработная плата и квалификация специалиста, уровень профессиональной подготовки, опыт работы, личностные и профессионально важные качества человека.

Практическая работа. Анализ современного рынка труда и потребности в специалистах, анализ «мышеловок» (вариантов заманчивых предложений), работа со «словарем профессий».

Урок 28. Пути получения профессии - 1ч.

Способы получения профессии. Среднее специальное образование. Система высшего профессионального образования. Очная и заочная форма обучения,

дистанционная форма обучения, экстернат. «Горизонтальная» и «вертикальная» карьера.

Практическая работа. Анализ направлений и специальностей (работа с «Матрицей профессионального выбора»). Работа со «словарем профессий».

Урок 29. Навыки самопрезентации - 1ч.

Самопрезентация. Структура «Образа – Я» как система представлений о себе: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Внутреннее состояние человека и его внешние проявления. Внешний вид, грамотная речь.

Практическая работа. Упражнения «Личное пространство», «Работа над ошибками», «Резюме», «Анкета кандидата на должность».

Урок 30. Стратегия выбора профессии - 1ч.

Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Целеполагание в профессиональной деятельности. Условия достижения целей.

Практическая работа. Анализ профессионального будущего, составление личного профессионального плана.

Упражнение «Машина времени».

Урок 31. Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры» - 1 ч.

Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры. Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере.

Практическая работа. Упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности.

Урок 32. Заключительный урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»

Урок 33-34. Резервные уроки

Тематическое планирование курса «Предпрофильные курсы

№	Тема (раздел)	Количество часов на изучение	Количество проверочных /контрольных работ	Деятельность учителя с учётом программы воспитания (модуля «Внеурочная деятельность»)
9 класс (34 часа)				
1.	Что я знаю о своих возможностях.	7		Побуждение обучающихся соблюдать на уроке нормы поведения, правила общения со сверстниками и учителем, соответствующие укладу школы, установление и поддержка доброжелательной атмосферы. Использование дискуссии, дающей возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога
1.1	Самооценка и уровень притязаний	1		
1.2	Темперамент и профессия. Определение темперамента	1		
1.3	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	1		
1.4	Что такое стресс	1		
1.5	Определения типа мышления. Внимание и память	1		
1.6	Уровень внутренней свободы	1		
1.7	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»	1		
2.	Что я знаю о профессиях.	9		

2.1	Классификации профессий. Признаки профессии. Формула профессии. Профессия, специальность, должность	1		Использование жизненных ситуаций для развития умения адекватно вести себя в различных ситуациях, связанных с рынком труда; Применение дискуссий для развития умения отстаивать свою позицию в выборе профессии
2.2- 2.7	Профессиональные пробы	6		
2.8	Определение типа будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии	1		
2.91	Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье	1		
3.	Способности и профессиональная	8		Оказание психолого-

	пригодность.			педагогической помощи в приобретении школьниками представлений о жизненных, социальных ценностях, в том числе связанных с профессиональным становлением. Использование психологопедагогических методик и опросников с целью выявления интересов и склонностей, способностей школьников.
3.1	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1		
3.2	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1		
3.3	Способности к профессиям социального типа	1		
3.4	Способности к офисным видам деятельности	1		
3.5	Способность к предпринимательской деятельности	1		
3.6	Эстетические способности	1		

3.7	Уровни профессиональной пригодности	1			
3.8	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»	1			
4.	Планирование профессиональной карьеры	10		Инициировать посещение обучающимися дни открытых дверей в образовательных учреждениях для формирования практического опыта в различных сферах познавательной и профессиональной деятельности, ориентированного на выбор профиля обучения в старшей школе.	
4.1	Мотивы и потребности	1			
4.2	Ошибки в выборе профессии	1			
4.3	Современный рынок труда	1			
4.4	Пути получения профессии	1			
4.5	Навыки самопрезентации	1			
4.6	Стратегия выбора профессии	1			
4.7	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»	1			
					Развитие умения осознанно осуществлять выбор профиля, соответствующего своим склонностям,
4.8	Заключительный урокконференция «Моя будущая профессия»	1			индивидуальным особенностями и интересам через беседы с работниками разных профессий.
4.9-4.10	Резервные уроки	2			