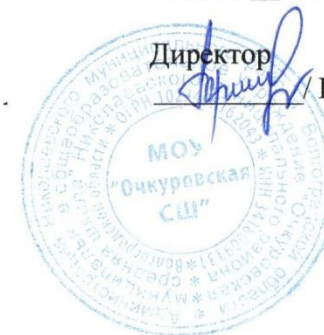


муниципальное общеобразовательное учреждение «Очкуровская средняя школа»
Николаевского муниципального района Волгоградской области

Утверждена
на педагогическом совете
МОУ «Очкуровская СШ»
Протокол № 1 от
«31» 08 2023 г.
Приказ № 12
от «01» 09 2023 г.

Рассмотрена на заседании МО:
«31» 08 2023 г.
Протокол № 1
Руководитель МО:
Л.В. Харченко /Харченко Л.В./

Согласована:
«31» 08 2023 г.
Учитель, ответственный за организацию
и контроль по учебной работе:
Ю.В. Бондаренко /Бондаренко Ю.В./



Директор
Н.А. Горленко /Горленко Н.А. /

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «От самопознания к выбору профессии»
для 8 класса

Учитель технологии
Харченко Людмила Владимировна

2023 – 2024 учебный год

Пояснительная записка

Учитывая возрастные особенности старших подростков, их потребность в личностном и профессиональном самоопределении, в самореализации, разработан курс внеурочной деятельности «От самопознания к выбору профессии» на основе программы предпрофильной подготовки Г.Резапкиной. Количество часов по рабочей программе - 34 часа в год (1 час в неделю).

Планируемые результаты:

Личностными результатами освоения курса «Будущая профессия: мой выбор» являются:

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
- формирование мотива самопознания и саморазвития;
- осознание себя и своего места в жизни.

Учащиеся научатся:

понимать уникальность и безусловную ценность собственного Я;

использовать психологические средства для формирования собственной личности;

использовать полученные навыки самопознания для решения актуальных и перспективных задач своей жизни.

Метапредметными результатами изучения курса являются освоенные способы деятельности, применимые при решении проблем в реальных жизненных ситуациях:

- наличие позитивного образа Я: абсолютное принятие человеком самого себя при достаточно полном знании самого себя;
- развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.

Учащиеся научатся:

наблюдать за разнообразными явлениями жизни и оценивать их;

разбираться в своих чувствах и желаниях;

различным методам и приемам саморефлексии и адекватного выражения своего эмоционального состояния;

принимать на себя ответственность за свои поступки.

Предметными результатами занятий по данному курсу являются:

- устойчивый интерес к предмету «Психология»;
- знание объективных психологических законов;
- освоение важных для подросткового возраста психологических понятий;
- освоение методов и приемов познания себя.

Учащиеся научатся:

понимать значение психологических законов в жизни человека;

осознавать ценность и уникальность себя, окружающих;

владеть рефлексией как средством самопознания

Содержание учебного курса

Введение в мир психологии (1 ч)

Развитие познавательных интересов

Что я знаю о своих возможностях (8 ч)

Осознание своих качеств и повышение самооценки: Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Стресс и тревожность. Определение типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы. Мой психологический портрет

Что я знаю о мире профессий (8 ч)

Знакомство с миром профессий. Классификация профессий. Признаки профессии. Определение типа будущей профессии. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.

Способности и профессиональная пригодность (8 ч)

Оценивание своих качеств для осознанного и ответственного выбора профессии. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности

Планирование профессиональной карьеры (8 ч)

Целеполагание и построение жизненных планов во временной перспективе. Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях. Современный рынок труда. Работодатель и работник. Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора. Пути получения профессии. Профессиональные учебные заведения Волгоградской области. Навыки самопрезентации. Резюме. Стратегии выбора профессии. Артистические способности. Уровни профессиональной пригодности.

Заключение (1 ч)

Составление личного профессионального плана

Календарно – тематическое планирование

№ п/ п	Тема урока	Кол- во часов	Планируемые результаты	Дата		Примечание
				план	факт	
«Введение в мир психологии» (1 ч)						
1	Вводное занятие	1	Предметные: познакомиться с предметным содержанием понятия «профессия» Метапредметные: принимать учебную задачу; слушать учителя и одноклассников, инициативно сотрудничать в поиске и сборе информации, отвечать на вопросы, делать выводы. Личностные: иметь мотивацию к учебной деятельности на самопознание.			
«Что я знаю о своих возможностях» (8 ч)						
2	Самооценка и уровень притязаний	1	Предметные: знакомство с предметным содержанием понятий: «самооценка», «уровень притязаний», «темперамент», «стресс», «дистресс», «тревожность». Метапредметные: принимать и сохранять учебную задачу урока, в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; рассуждать, слышать, слушать и понимать партнёра, планировать и согласованно осуществлять совместную деятельность; правильно выражать свои мысли; осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и			
3	Темперамент и профессия. Определение темперамента	1				
4	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	1				
5	Стресс и тревожность	1				
6	Определение типа мышления	1				

7	Внимание и память	1	потребностей; самостоятельно формулировать проблему, делать умозаключения и выводы в словесной форме; осуществлять поиск информации, представленной в разных формах (рассказ, иллюстрация ит.д.); самостоятельно делать выводы; перерабатывать информацию, преобразовывать её; анализировать информацию, решать учебную или трудовую задачу на основе заданных алгоритмов. Личностные: проявлять самостоятельность в приобретении новых знаний, практических умений и навыков; иметь мотивацию к учебной деятельности; проявлять самостоятельность в приобретении новых знаний, практических умений и навыков; осознание своих качеств и повышение самооценки.			
8	Уровень внутренней свободы	1				
9	Мой психологический портрет	1				
«Что я знаю о мире профессий» (8 ч)						
10	Классификация профессий. Признаки профессии	1	Предметные: знакомство с предметным содержанием понятий: «профессионально важные качества», «профессиональный отбор», «формула профессии», «специальность», «должность», «интересы», «склонности». Метапредметные: классификация объектов; анализ объектов с целью выделения признаков; развитие действий, направленных на кооперацию; саморефлексия; правильное выражение своих мыслей; осознанное использование речевых средств в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. Личностные: иметь мотивацию к учебной деятельности; проявлять самостоятельность в приобретении новых знаний, практических умений и навыков; осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе осознанного ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду.			
11	Определение типа будущей профессии	1				
12	Профессия, специальность, должность. Формула профессии	1				
13	Интересы и склонности в выборе профессии	1				
14	Определение профессионального типа личности	1				
15	Профессионально важные качества	1				
16	Профессия и здоровье	1				
17	Моя будущая профессия	1				
«Способности и профессиональная пригодность» (8 ч)						
18	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1	Предметные: знакомство с предметным содержанием понятий: «способности», «виды способностей», «уровни профессиональной пригодности». Метапредметные: принимать и сохранять учебную задачу занятия, в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; анализировать информацию, самостоятельно формулировать проблему, делать умозаключения и выводы в словесной форме; осуществлять поиск информации из разных источников; осознанно использовать речевые			
19	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1				
20	Способности к профессиям	1				

	социального типа		средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. Личностные: осознание своих качеств и повышение самооценки; осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе осознанного ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду.			
21	Способности к офисным видам деятельности	1				
22	Способности к предпринимательской деятельности	1				
23	Артистические способности	1				
24	Уровни профессиональной пригодности	1				
25	Мои способности	1				
«Планирование профессиональной карьеры» (8 ч)						
26	Мотивы и потребности	1	Предметные: знакомство с предметным содержанием понятий: «мотивация», «потребности», «рынок труда», «самопрезентация», «резюме» Метапредметные: принимать и сохранять учебную задачу занятия, в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; анализировать информацию, самостоятельно формулировать проблему, делать умозаключения и выводы в словесной форме; осуществлять поиск информации из разных источников; осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. Личностные: формирование готовности к ответственности человека за свой профессиональный выбор; осознание своих качеств и повышение самооценки; построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе осознанного ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду.			
27	Ошибки в выборе профессии	1				
28	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях	1				
29	Современный рынок труда. Работодатель и работник	1				
30	Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора	1				
31	Пути получения профессии. Профессиональные учебные заведения Волгоградской области	1				
32	Навыки самопрезентации. Резюме	1				
33	Стратегии выбора профессии	1				
«Заключение» (1 ч)						
34	Личный профессиональный план	1	Предметные: научиться самостоятельно составлять личный профессиональный план. Метапредметные: анализировать, научиться принимать и сохранять учебную задачу; формулировать ответы на вопросы. Личностные: иметь мотивацию к учебной и творческой деятельности.			